

LUNES	MARTES	MIERCOLES	DÍA 1	JUEVES	DÍA 2	VIERNES	DÍA 3
		Lentejas burgalesa (sin choirizo, morcilla, tocino)		Arroz blanco con tomate		Potage de vigilia	
		Filete de pollo con ensalada		Albóndigas caseras con ensalada		Mero a la plancha con ensalada	
		Fruta		Fruta		Fruta	
		Kcal 728 P36 L 36 HC 65 Ca 121 Fe 10		Kcal 753 P 32 L 30 HC 94 Ca 94 Fe 5		Kcal 719 P 52 L 26 HC 70 Ca 268 Fe 10	

LUNES	DÍA 6	MARTES	DÍA 7	MIERCOLES	DÍA 8	JUEVES	DÍA 9	VIERNES	DÍA 10
Espaguetis boloñesa		Judías pintas estofadas (sin choirizo, morcilla, tocino)		Arroz abanda		Sopa de cocido		Puré de calabaza	
Lomo ibérico con ensalada		Ternera asada a la jardinera con ensalada		Filete de merluza con ensalada		Cocido completo (sin choirizo, morcilla, tocino)		Salmón al horno con ensalada	
Fruta		Fruta		Fruta		Fruta		Fruta	
Kcal 656 P 45 L 30 HC 51 Ca 85 Fe 6		Kcal 805 P 48 L 39 HC 94 Ca 217 Fe 10		Kcal 591 P 28 L 20 HC 53 Ca 81 Fe 3		Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10		Kcal 656 P 22 L 20 HC 49 Ca 121 Fe 3	

LUNES	DÍA 13	MARTES	DÍA 14	MIERCOLES	DÍA 15	JUEVES	DÍA 16	VIERNES	DÍA 17
Crema de verduras		Lentejas castellanas (sin choirizo, morcilla, tocino)		Puré de verduras		Arroz blanco con tomate			
Lenguado a la plancha con ensalada		Jamoncitos de pollo con ensalada		Filete de ternera con ensalada		Huevos fritos con patatas		<b>FIESTA</b>	
Fruta		Fruta		Fruta		Fruta			
Kcal 502 P23 L7 HC 39 Ca 205 Fe 6		Kcal 722 P 29 L 34 HC 79 Ca 51 Fe 6		Kcal 529 P 26 L 9 HC 39 Ca 189 Fe 7		Kcal 558 P 25 L 27 HC 58 Ca 50 Fe 3			

LUNES	DÍA 20	MARTES	DÍA 21	MIERCOLES	DÍA 22	JUEVES	DÍA 23	VIERNES	DÍA 24
		Judías verdes con jamón		Lentejas estofadas (sin choirizo, morcilla, tocino)		Arroz abanda		Potage de vigilia	
<b>FIESTA</b>		Filete de ternera con ensalada		Pechuga de pollo con ensalada		Merluza a la plancha con ensalada		Tortilla española con ensalada	
		Fruta		Fruta		Fruta		Fruta	
		Kcal 684 P 40 L 24 HC 54 Ca 158 Fe 7		Kcal 728 P36 L 36 HC 65 Ca 121 Fe 10		Kcal 591 P 28 L 20 HC 53 Ca 81 Fe 3		Kcal 762 P 45 L 31 HC 78 Ca 315 Fe 11	

LUNES	DÍA 27	MARTES	DÍA 28	MIERCOLES	DÍA 29	JUEVES	DÍA 30	VIERNES	DÍA 31
Arroz blanco con tomate		Patatas con calamares		Puré de zanahoria		Arroz blanco con tomate		Potage de vigilia	
Ragout de ternera con guarnición		Jamón asado en su jugo con ensalada		Filete de pollo a la plancha con ensalada		Huevos fritos con patatas		Bonito con tomate con ensalada	
Fruta		Fruta		Fruta		Fruta		Fruta	
Kcal 670 P 35 L 32 HC 64 Ca 84 Fe 6		Kcal 612 P 33 L 35 HC 44 Ca 125 Fe 7		Kcal 758 P 46 L 28 HC 83 Ca 572 Fe 6		Kcal 763 P 28 L 36 HC 82 Ca 84 Fe 4		Kcal 664 P 49 L 26 HC 61 Ca 276 Fe 9	