

**LUNES                      MARTES                      MIERCOLES                      JUEVES                      DÍA 1   VIERNES                      DÍA 2**

**VACACIONES**

**VACACIONES**

**LUNES                      DÍA 5   MARTES                      DÍA 6   MIERCOLES                      DÍA 7   JUEVES                      DÍA 8   VIERNES                      DÍA 9**

Coditos napolitana (sin gluten)

Lentejas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Arroz blanco con tomate

Ensalada campera

**VACACIONES**

Tortilla francesa con ensalada

Filete de lenguado con ensalada

Filete de pollo a la plancha con ensalada

Filete de ternera a la plancha con ensalada

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 553 P 25 L 21 HC 41 Ca 102 Fe 4

Kcal 510 P 33 L 18 HC 56 Ca 136 Fe 18

Kcal 519 P 26 L 22 HC 58 Ca 55 Fe 2

Kcal 652 P 43 L 31 HC 27 Ca 128 Fe 6

**LUNES                      DÍA 12   MARTES                      DÍA 13   MIERCOLES                      DÍA 14   JUEVES                      DÍA 15   VIERNES                      DÍA 16**

Espaguetis boloñesa (sin gluten)

Lentejas castellanas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Crema hortelana

Arroz blanco con tomate

Puré de calabaza

Lacón a la gallega con ensalada

Bonito con tomate con ensalada

Ternera asada jardinera con guarnición

Merluza a la plancha con ensalada

Tortilla de patatas con ensalada

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 873 P 49 L 51 HC 81 Ca 129 Fe 7

Kcal 722 P 29 L 34 HC 79 Ca 51 Fe 6

Kcal 550 P 29 L 14 HC 56 Ca 238 Fe 8

Kcal 590 P 21 L 20 HC 59 Ca 70 Fe 2

Kcal 698 P 33 L 20 HC 48 Ca 130 Fe 5

**LUNES                      DÍA 19   MARTES                      DÍA 20   MIERCOLES                      DÍA 21   JUEVES                      DÍA 22   VIERNES                      DÍA 23**

Ensalada de pasta (sin gluten)

Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Puré de zanahoria

Sopa de cocido

Arroz tres delicias

Filete de ternera a la plancha con ensalada

Jamonicos de pollo con ensalada

Ragout de ternera con arroz blanco

Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)

Mero a la bilbaina con ensalada

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 829 P 52 L 43 HC 59 Ca 172 Fe 9

Kcal 837 P 46 L 39 HC 78 Ca 186 Fe 9

Kcal 771 P 37 L 18 HC 68 Ca 133 Fe 7

Kcal 770 P 58 L 26 HC 75 Ca 184 Fe 11

Kcal 758 P 37 L 32 HC 82 Ca 70 Fe 4

**LUNES                      DÍA 26   MARTES                      DÍA 27   MIERCOLES                      DÍA 28   JUEVES                      DÍA 29   VIERNES                      DÍA 30**

Macarrones italiana (sin gluten)

Lentejas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Puré de verduras

Arroz blanco con tomate

Menestra de verduras

Huevos fritos con patatas

Salmón a la marinera con ensalada

Lasaña boloñesa (sin gluten)

Filete de lenguado a la plancha con ensalada

Filete de pollo a la plancha con ensalada

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Fruta – lácteo

Kcal 722 P 42 L 31 HC 66 Ca 120 Fe 6

Kcal 795 P 42 L 45 HC 56 Ca 129 Fe 6

Kcal 762 P 44 L 50 HC 36 Ca 125 Fe 5

Kcal 590 P 21 L 20 HC 59 Ca 70 Fe 2

Kcal 541 P 32 L 23 HC 29 Ca 97 Fe 4