

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

Lentejas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Arroz blanco con tomate

Ensalada campera

VACACIONES

Tortilla francesa con ensalada

Filete de lenguado con ensalada

Escalope de pollo con ensalada

Filete de ternera a la plancha con ensalada

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

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 689 P 34 L 33 HC 70 Ca 54 Fe 4

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

Lentejas castellanas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Patatas con costillas

Sopa juliana

Puré de calabaza

Lomo a la plancha con ensalada

Bonito con tomate con ensalada

Ternera asada jardinera con guarnición

Calamares andaluza con ensalada

Tortilla de patatas con ensalada

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

Kcal 656 P 45 L 30 HC 51 Ca 85 Fe 6

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

Kcal 755 P 43 L 47 HC 44 Ca 131 Fe 6

Kcal 506 P 16 L 12 HC 26 Ca 108 Fe 5

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

Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Puré de zanahoria

Sopa de cocido

Arroz tres delicias

Filete de ternera a la plancha con ensalada

Jamoncitos de pollo con ensalada

Ragout de ternera con arroz blanco

Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)

Mero a la bilbaina con ensalada

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

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

Lentejas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)

Puré de verduras

Arroz blanco con tomate

Menestra de verduras

Huevos fritos con salchichas y con patatas

Salmón a la marinera con ensalada

Lomo ibérico con ensalada

Filete de lenguado a la plancha con ensalada

Filete de pollo a la plancha con ensalada

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

Fruta

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 595 P 18 L 9 HC 92 Ca 105 Fe 4

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

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