

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	DÍA 1
				Espaguetis boloñesa	
				Croquetas, empanadillas, jamón york con ensalada	
				Fruta – lácteo	
				Kcal 854 P 46 L 50 HC 83 Ca 234 Fe 6	

LUNES	DÍA 4	MARTES	DÍA 5	MIERCOLES	DÍA 6	JUEVES	DÍA 7	VIERNES	DÍA 8
Lentejas burgalesa		Coditos carbonara		Guisantes a la francesa		Arroz blanco con tomate		Puré de calabaza	
Filete de ternera con ensalada		Escalope de pollo a la plancha con ensalada		Jamón asado en su jugo con guarnición		Lomo ibérico con ensalada		Tortilla española con ensalada	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 704 P 45 L 33 HC 56 Ca 119 Fe 9		Kcal 785 P 48 L 30 HC 82 Ca 119 Fe 6		Kcal 568 P 34 L 31 HC 42 Ca 115 Fe 5		Kcal 728 P 32 L 37 HC 70 Ca 78 Fe 4		Kcal 652 P 23 L 22 HC 69 Ca 175 Fe 6	

LUNES	DÍA 11	MARTES	DÍA 12	MIERCOLES	DÍA 13	JUEVES	DÍA 14	VIERNES	DÍA 15
Macarrones a la romana		Lentejas castellanas		Arroz blanco con tomate		Sopa de cocido		Judías verdes con jamón	
Lomo ibérico con ensalada		Filete de ternera a la plancha con ensalada		Huevos fritos con salchichas		Cocido madrileño		Jamonicos de pollo con ensalada	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 656 P 45 L 30 HC 51 Ca 85 Fe 6		Kcal 704 P 45 L 33 HC 56 Ca 119 Fe 9		Kcal 780 P 27 L 50 HC 59 Ca 88 Fe 5		Kcal 770 P 58 L 26 HC 75 Ca 184 Fe 11		Kcal 698 P 33 L 20 HC 48 Ca 130 Fe 5	

LUNES	DÍA 18	MARTES	DÍA 19	MIERCOLES	DÍA 20	JUEVES	DÍA 21	VIERNES	DÍA 22
Coditos napolitana		Judías blancas estofadas		Arroz blanco con tomate		Sopa de puchero		Puré de zanahoria	
Lomo a la plancha con ensalada		Filete de ternera a la plancha con ensalada		Escalopines de pollo con ensalada		Tortilla francesa con ensalada		Lasaña boloñesa	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 663 P 46 L 30 HC 53 Ca 94 Fe 6		Kcal 676 P 42 L 28 HC 64 Ca 156 Fe 8		Kcal 689 P 34 L 33 HC 70 Ca 84 Fe 4		Kcal 554 P 51 L 25 HC 31 Ca 153 Fe 8		Kcal 758 P 46 L 23 HC 83 Ca 572 Fe 6	

LUNES	DÍA 25	MARTES	DÍA 26	MIERCOLES	DÍA 27	JUEVES	DÍA 28	VIERNES	DÍA 29
Espaguetis boloñesa		Sopa de cocido		Patatas con costillas		Arroz blanco con tomate		Lentejas estofadas	
Huevos fritos con salchichas y patatas		Cocido madrileño		Escalope de pollo con ensalada		Albóndigas caseras con ensalada		Filete de ternera con ensalada	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 765 P 41 L 38 HC 64 Ca 120 Fe 7		Kcal 770 P 58 L 26 HC 75 Ca 184 Fe 11		Kcal 806 P 49 L 52 HC 39 Ca 111 Fe 5		Kcal 753 P 32 L 30 HC 94 Ca 94 Fe 5		Kcal 548 P 38 L 29 HC 56 Ca 114 Fe 8	