

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	DÍA 1
				Espaguetis boloñesa (sin gluten)	
				Filete de ternera ala plancha con ensalada	
				Fruta – lácteo	
				Kcal 615 P 46 L 25 HC 51 Ca 89 Fe 6	

LUNES	DÍA 4	MARTES	DÍA 5	MIERCOLES	DÍA 6	JUEVES	DÍA 7	VIERNES	DÍA 8
Lentejas burgalesa (sin chorizo, morcilla y tocino)		Coditos napolitana (sin gluten)		Patatas con bonito		Arroz blanco con tomate		Puré de calabaza	
Salmón a la marinera con ensalada		Filete de pollo a la plancha con ensalada		Jamón asado en su jugo con guarnición		Mero a la plancha con ensalada		Tortilla española con ensalada	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 795 P 42 L 45 HC 56 Ca 129 Fe 8		Kcal 625 P 47 L 25 HC 53 Ca 99 Fe 5		Kcal 842 P 57 L 41 HC 63 Ca 93 Fe 6		Kcal 490 P 21 L 20 HC 59 Ca 70 Fe 2		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 (sin gluten)		Lentejas castellanas (sin chorizo, morcilla y tocino)		Arroz blanco con tomate		Sopa de cocido		Judías verdes con jamón	
Lomo ibérico con ensalada		Bonito con tomate		Huevos fritos con patatas		Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla y tocino)		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 722 P 29 L 34 HC 79 Ca 51 Fe 6		Kcal 780 P 27 L 50 HC 59 Ca 88 Fe 5		Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10		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 (sin chorizo, morcilla y tocino)		Crema hortelana		Sopa de puchero		Puré de zanahoria	
Merluza a la plancha con ensalada		Filete de ternera a la plancha con ensalada		Filete de pollo a la plancha con ensalada		Filete de lenguado con ensalada		Lomo a la plancha con ensalada	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 596 P 43 L 24 HC 53 Ca 114 Fe 5		Kcal 525 P 37 L 19 HC 51 Ca 163 Fe 7		Kcal 531 P 27 L 8 HC 39 Ca 190 Fe 6		Kcal 556 P 55 L 20 HC 39 Ca 143 Fe 7		Kcal 466 P 27 L 8 HC 49 Ca 112 Fe 4	

LUNES	DÍA 25	MARTES	DÍA 26	MIERCOLES	DÍA 27	JUEVES	DÍA 28	VIERNES	DÍA 29
Espaguetis boloñesa (sin gluten)		Sopa de cocido		Patatas con costillas		Sopa juliana		Lentejas estofadas (sin chorizo, morcilla y tocino)	
Huevos fritos con patatas		Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla y tocino)		Lenguado a la plancha con ensalada		Albóndigas caseras con ensalada		Mero a la plancha con ensalada	
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	
Kcal 765 P 41 L 38 HC 64 Ca120 Fe 7		Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10		Kcal 607 P 36 L 40 HC 28 Ca 98 Fe 4		Kcal 518 P 33 L 17 HC 63 Ca 146 Fe 6		Kcal 575 P 36 L 22 HC 58 Ca119 Fe 7	