



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
RICA EN FIBRA SIN ARROZ			1 Coliflor gratinada Pinchos morunos con ensalada Fruta y pan	2 Sopa de verduras Abadejo a la andaluza con ensalada Fruta y pan	Kcal: 636 HC: 59 Prot: 28 Lip: 33
5 Crema de verduras San Jacobo con ensalada Fruta y pan	6 Sopa de cocido Cocido completo con alcachofas salteadas Fruta y pan	7 Puré de legumbres Limanda a la andaluza con tomate provenzal Fruta y pan	8 Tricolor de verdura rehogada Huevos revueltos con chorizo con ensalada Fruta y pan	9 Lentejas estofadas Jamoncitos de pollo al limón con ensalada Fruta y pan	Kcal: 702 HC: 80 Prot: 31 Lip: 29
12 Marmitako de atún Tortilla de calabacín con ensalada Fruta y pan	13 Alubias blancas estofadas Magro con tomate con guisantes Fruta y pan	14 Macarrones amatriciana Ventresca de merluza a la romana con ensalada Fruta y pan	15 Crema de puerros Jamoncitos de pollo al chilindrón con verduras salteadas Fruta y pan	16 Puré de legumbres Palometa a la romana con ensalada Fruta y pan	Kcal: 719 HC: 78 Prot: 35 Lip: 30
19 Judías verdes con tomate Pollo asado con ensalada Fruta y pan	20 Espirales al ajillo Limanda empanada con ensalada Fruta y pan	21 Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada Fruta y pan	22 Crema de verduras Croquetas de jamón con ensalada Fruta y pan	23 Sopa de cocido Cocido completo con verduras Fruta y pan	Kcal: 669 HC: 82 Prot: 28 Lip: 26
26 VACACIONES	27 VACACIONES	28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0