



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
				1 Garbanzos estofados Palometa con tomate con patatas panaderas Yogur de soja y pan	Kcal: 747 HC: 79 Prot: 42 Lip: 30
4 Arroz napolitana Tortilla francesa con ensalada Yogur de soja y pan	5 Lentejas estofadas Pechuga de pollo empanada con ensalada Fruta y pan	6 Crema de zanahoria y calabaza Rape a la romana con ensalada Fruta y pan	7 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) Yogur de soja y pan	8 Judías verdes con tomate Estofado de ternera con patatas dado Yogur de soja y pan	Kcal: 670 HC: 82 Prot: 31 Lip: 25
11 Sopa de ave con pasta Hamburguesa a la plancha con verduras salteadas Yogur de soja y pan	12 Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con calabacín con ensalada Fruta y pan	13 Crema de puerros Palometa a la romana con ensalada Fruta y pan	14 Coliflor rehogada Pinchos morunos con arroz salteado Yogur de soja y pan	15 Pasta con tomate Merluza en salsa verde con patatas dado Yogur de soja y pan	Kcal: 672 HC: 78 Prot: 29 Lip: 27
18 Crema de verduras Cinta de lomo fresco a la plancha con ensalada Yogur de soja y pan	19 Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan	20 Verduras salteadas Contramuslo de pollo asado con patatas fritas Fruta y pan	21 Lentejas estofadas Tortilla francesa con ensalada Yogur de soja y pan	22 Arroz con tomate Limanda empanada con tomate al horno Yogur de soja y pan	Kcal: 651 HC: 79 Prot: 30 Lip: 25
25 VACACIONES	26 VACACIONES	27 VACACIONES	28 VACACIONES	29 VACACIONES	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0