

LUNES 2
MARTES 3
MIÉRCOLES 4
JUEVES 5
VIERNES 6

 CREMA DE CALABAZA
 ALBÓNDIGAS DE PESCADO EN
 SALSA VERDE
 FRUTA

Kcal 609.7/ Prot 33.6 g/ Lip 17.8 g/ Hcar 79.4 g

 MACARRONES BOLOÑESA
 ESTOFADO DE PAVO EN SALSA
 DE SETAS
 FRUTA

Kcal 544.6/ Prot 29.2 g/ Lip 16.5 g/ Hcar 70.2 g

 PATATAS GUIADAS
 LOMO ASADO EN SALSA DE
 MELOCOTÓN
 FRUTA

Kcal 560/ Prot 33.6 g/ Lip 17.8 g/ Hcar 79.4 g

 SOPA DE LLUVIA
 TORTILLA FRANCESA CON
 JAMÓN YORK
 YOGURT

Kcal 563.9/ Prot 28.2g/ Lip 17.8 g/ Hcar 72.8 g

 ALUBIAS BLANCAS JARDINERA
 PALOMETA EN SALSA DE
 TOMATE
 FRUTA

Kcal 620/ Prot 30.3 g/ Lip 17.3 g/ Hcar 78.2 g

LUNES 9
MARTES 10
MIÉRCOLES 11
JUEVES 12
VIERNES 13

 LENTEJAS ESTOFADAS
 ALBÓNDIGAS EN SALSA
 FRUTA

Kcal 609.7/ Prot 33.6 g/ Lip 17.8 g/ Hcar 79.4 g

 ARROZ CON TOMATE
 MERLUZA EN SALSA DE
 GUIANTES
 FRUTA

Kcal 544.6/ Prot 29.2 g/ Lip 16.5 g/ Hcar 70.2 g

 PATATAS GUIADAS
 LOMO AL HORNO CON
 PIMIENTOS
 FRUTA

Kcal 570.8/ Prot 18 g/ Lip 26 g/ Hcar 66.2 g


LUNES 16
MARTES 17
MIÉRCOLES 18
JUEVES 19
VIERNES 20

 CREMA DE CALABAZA
 FILETE DE PAVO CON
 PIMIENTOS
 FRUTA

Kcal 558.2/ Prot 32 g/ Lip 18.5 g/ Hcar 73.3 g

 JUDÍAS VERDES CON PATATA
 POLLO ASADO CON ZANAHORIA
 FRUTA

Kcal 533/ Prot 26.6 g/ Lip 21.5 g/ Hcar 61.5 g

 LENTEJAS ESTOFADAS
 ESTOFADO DE PAVO CON
 GUARNICIÓN
 FRUTA

Kcal 643.2/ Prot 19.4 g/ Lip 31.7 g/ Hcar 70.2 g

 CARACOLILLOS A LA NAPOLITANA
 SALCHICHAS AL HORNO CON
 ENSALADA
 FRUTA

Kcal 570.8/ Prot 18 g/ Lip 26 g/ Hcar 66.2 g

 SOPA DE ESTRELLITAS
 VARITAS DE MERLUZA CON
 ENSALADA
 YOGURT

Kcal 644/ Prot 25.3g/ Lip 23.4 g/ Hcar 83.6 g

LUNES 23
MARTES 24
MIÉRCOLES 25
JUEVES 26
VIERNES 27

 LENTEJAS JARDINERA
 PECHUGA DE POLLO CON
 ENSALADA
 FRUTA

Kcal 561,1/ Prot 30,1g/ Lip 17,6g/ Hcar 70,2g

 CREMA DE VERDURAS
 FILETE DE SAJONIA CON
 PIMIENTOS
 FRUTA

Kcal 642,2/ Prot 24,3g/ Lip 25,6g/ Hcar 79,5g

 PATATAS GUIADAS
 CROQUETAS DE JAMÓN CON
 ENSALADA
 FRUTA

Kcal 640.7/ Prot 18.6 g/ Lip 31.5 g/ Hcar 70.8 g

 ESPAGUETIS CON TOMATE
 MERLUZA EN SALSA DE
 CEBOLLA
 FRUTA

Kcal 566.4/ Prot 17.7 g/ Lip 18 g/ Hcar 57.8 g

 COCIDO COMPLETO
 YOGURT

Kcal 669/ Prot 37.7 g/ Lip 18.8 g/ Hcar 87.6 g

LUNES 30
MARTES 31
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

 CREMA DE CALABACÍN
 FILETE RUSO EN SALSA DE
 TOMATE
 FRUTA

Kcal 549.6/ Prot 21.5 g/ Lip 18.2 g/ Hcar 77.7 g

 ALUBIAS BLANCAS JARDINERA
 TORTILLA DE PATATA CON
 ENSALADA
 FRUTA

Kcal 644/ Prot 25.3 g/ Lip 23.4 g/ Hcar 83.6 g