



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

ESPAGUETIS BOLOÑESA
(CARNE DE TERNERA, CEBOLLA Y ZANAHORIA)
RABAS DE CALAMAR REBOZADAS
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ATÚN
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 741.10 LIP: 35.90
PROT. 23.90 HC: 77.90

02

ALUBIAS PINTAS CON CHORIZO
HAMBURGUESA DE TERNERA PLANCHA
ARROZ PILAW
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 787.60 LIP: 36.90
PROT: 30.70 HC: 76.40

03

ARROZ A BANDA
TORTILLA FRANCESA
LECHUGA, TOMATE Y MANZANA
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 577.30 LIP: 20.20
PROT:19.70 HC: 77.40

04

GUISANTES CON AJITO
JAMONCITOS DE POLLO EN SU JUGO
PATATAS FRITAS
AGUA, PAN, FRUTA O POSTRE LÁCTEO
KCAL: 679.70 LIP: 29.80
PROT: 37.50 HC: 62.70

05

GUIISO DE PATATAS CON MAGRO
PALOMETA EN SALSA DE TOMATE
ENSALADA LECHUGA, SOJA Y ZANAHORIA
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 480.40 LIP: 14.80
PROT: 24.60 HC: 58.80

08

TALLARINES AGLIO OLIO
(AJO ACEITE)
TAQUITOS DE RAPE A LA ANDALUZA
REMOLACHA, LECHUGA Y TOMATE
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 536.20 LIP:14.60
PROT: 23.10 HC: 75.40

09

CREMA DE CALABACÍN
LOMO FRESCO A LA ESPAÑOLA
ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y MANZANA
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL. 495.80 LIP.18.30
PROT: 27.10 HC: 52.70

10

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
ATÚN CON TOMATE
ESPIRALES SALTEADOS
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL. 625.80 LIP:20.00
PROT:31.10 HC: 75.70

11

PAELLA MIXTA
(MEJILLONES, POLLO, CALAMAR)
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA LECHUGA, ZANAHORIA Y SOJA
AGUA, PAN, FRUTA O POSTRE LÁCTEO
KCAL: 691.20 LIP: 20.0
PROT: 28.80 HC: 84.80

12

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO
(CARNE, POLLO, CHORIZO)
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL:581.50 LIP: 13.90
PROT: 27.10 HC: 80.90

15

MACARRONES CON CHORIZO
CINTA DE LOMO ADOBADO A LA PLANCHA
ENSALADA LECHUGA Y REMOLACHA
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 643.10 LIP.23.00
PROT: 34.70 HC: 71.7

16

ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA CON TOMATE Y ATÚN
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL. 560.7 LIP.22
PROT: 25.10 HC: 58.70

17

JUDIAS VERDES SALTEADAS CON AJITO
ALBÓNDIGAS DE TERNERA JARDINERA
PATATAS DADO
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL. 724.40 LIP.38.20
PROT:27.0 HC: 62.60

18

ARROZ CON SALSA DE TOMATE
MERLUZA PERSILLADE
ENSALADA LECHUGA, ZANAHORIA,
SOJA
AGUA, PAN, FRUTA O POSTRE LÁCTEO
KCAL. 585.50 LIP.15.20
PROT: 25.80 HC: 85.20

19

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO
(CARNE, POLLO, CHORIZO)
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL. 581.50 LIP. 13.90
PROT: 27.10 HC: 80.90

22

CREMA DE VERDURAS
(ACELGA, PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA)
MAGRO DE CERDO CON TOMATE
PATATAS FRITAS
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL.598.10 LIP. 22.90
PROT: 27.00 HC: 65.80

23

LENTEJAS HORTELANA
(ZANAHORIA, PATATA, PIM.ROJO Y VERDE)
TAQUITOS DE RAPE A LA ANDALUZA
LECHUGA, TOMATE Y MANZANA
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 514.80 LIP: 14.40
PROT: 27.40 HC: 64.40

24

ARROZ TRES DELICIAS
(HUEVO, GUISANTES Y JAMON YORK)
HUEVOS MOLL
LECHUGA Y REMOLACHA
AGUA. PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 646.40 LIP: 20.10
PROT: 17.20 HC: 97.20

25

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO
(TERNERA, POLLO, CHORIZO)
(ZANAHORIA, PATATA Y TOCINO)
AGUA, PAN, FRUTA O POSTRE LÁCTEO
KCAL: 672.0 LIP: 18.10
PROT:33.3 HC: 88.90

26

ESPAGUETIS CON TOMATE
LIMANDA AL HORNO AL LIMÓN
ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ATÚN
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 532.30 LIP: 13.60
PROT: 27.50 HC: 72.20