

LUNES**MARTES****MIÉRCOLES****JUEVES****VIERNES**

ARROZ HORTELANO
arroz, menestra, tomate, cúrcuma

**MERLUZA A LA BILBAINA
CON PIMIENTO MORRÓN 2.8.10**
merluza, pimiento morrón, cebolla, harina

FRUTA Y PAN 8
KCAL 657 PROT 24 g HC 90g LIP 21g
Cena: wok de ternera con brocoli

2
**CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA 5.10**
patata, apio, zanahoria, repollo
**CINTA DE LOMO AL AJILLO 8
CON ENSALADA**
filete de pollo, ajo, perejil, harina

FRUTA Y PAN 8
KCAL 617 PROT 38 g HC 67 g LIP 21 g
Cena: bacalao en papillote con patata asada

3
**MACARRONES CON TOMATE
Y CHORIZO 7.8**
macarrones, tomate, chorizo
**FILETE DE POLLO AL LIMÓN
CON ENSALADA 8**
filete de pollo, agrio limón, harina

POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8.6
KCAL 682 PROT 38 HC 82 g LIP 27 g
Cena: crema de calabaza c/huevo poché

6
**PURÉ DE JUDÍAS VERDES
10**
judías verdes, patata, aceite
**BACALAO REBOZADO 2.8
CON ENSALADA**
bacalao, pan rallado, harina

FRUTA Y PAN 8
KCAL 640 PROT 21 HC 66 g LIP 30 g
Cena: salmorejo con huevo y jamón

7
**LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS 10**
lentejas, patata, zanahoria, codillo
**LACÓN A LA GALLEGA
CON ENSALADA**
jamón de cerdo cocido, pimentón, aceite

FRUTA Y PAN 8
KCAL 664 PROT 35 g HC 78 g LIP 23 g
Cena: pollo con tomate y ensalada

8
PASTA INTEGRAL AL QUESO 6.7.8
pasta integral, queso, nata, leche
**MERLUZA EN SALSA MARINERA
CON ENSALADA 2.8**
merluza, zanahoria, tomate, harina

FRUTA Y PAN 8
KCAL 676 PROT 35 g HC 74 g LIP 25 g
Cena: fajitas con pavo y verduras

9
**ALUBIAS CANELA
CON VERDURAS 10**
alubias, zanahoria, patata, zanahoria, codillo
**POLLO AL CURRY 3.8
CON ENSALADA**
pollo, zanahoria, curry, harina

FRUTA Y PAN 8
KCAL 668 PROT 35 g HC 60 g LIP 28 g
Cena: fideos de calabacín c/atún

**DÍA DE LA HISPANIDAD
ARROZ CON GANDULES**
arroz, verduras, aceitunas, cerdo
**TORTILLA FRANCESA.7
CON BATATA**
huevo líquido, patata, aceite

POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8.6
KCAL 679 PROT 18 HC 77 g LIP 32 g
Cena: hamburguesa de ternera con verduras

13
NO LECTIVO

14
**JUDÍA BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS 10**
judías, patata, zanahoria, codillo
**TORTILLA DE PATATA 7
CON ENSALADA**
huevo líquido, patata, aceite

FRUTA Y PAN 8
KCAL 683 PROT 22 g HC 68 g LIP 32 g
Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada

15
ARROZ CON TOMATE
arroz, tomate frito, caldo de pollo
**MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA 1.2.6.7.8.**
merluza, harina, huevo, leche

FRUTA Y PAN 8
KCAL 669 PROT 20 g HC 99 g LIP 20 g
Cena: pavo al curry con verduras asadas

16
CREMA DE VERDURAS 10
menestra, patata, aceite
**ALBONDIGAS MIXTAS
(burger meat cerdo-ternera)
CON PATATAS 1.10**
burger meat cerdo-ternera, menestra
FRUTA Y PAN 8
KCAL 684 PROT 18 g HC 61 g LIP 40 g
Cena: espinacas con queso de cabra y jamón

17
**SOPA DE COCIDO
7.8.5**
pasta, codillo, carcasas de pollo
COMPLEMENTO DE COCIDO 10
garbanzos, tocino, morcillo, chorizo
POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8.6
KCAL 686 PROT 34 g HC 73 g LIP 25 g
Cena: crema de calabaza con huevo poché

20
**LENTEJAS ECOLÓGICAS GUIADAS
CON VERDURAS 10**
lentejas ecológicas, patata, zanahoria, codillo
**HUEVOS VILLARROY
CON ENSALADA
1.2.6.7.8.11**
huevo, pan rallado, harina, leche
FRUTA Y PAN 8
KCAL 627 PROT 23 g HC 85 g LIP 19 g
Cena: revuelto de jamón y queso

21
**PASTA NAPOLITANA
7.8**
pasta, jamón york, tomate frito
**MERLUZA EN SALSA DE NATA
CON ZANAHORIA BABY 1.2.6**
merluza, zanahoria, nata, margarina
FRUTA Y PAN 8
KCAL 689 PROT 25 g HC 90 g LIP 24 g
Cena: magro estofado con menestra

22
**CREMA DE BROCOLI
10**
brocoli, patata, aceite
**HAMBURGUESA DE TERNERA
(burger meat) 1.8.10**
AJILLO CON ENSALADA
hamburguesa, ajo, perejil, harina
FRUTA Y PAN 8
KCAL 664 PROT 22 g HC 66 g LIP 32 g
Cena: bacalao ajo arriero c/parrillada de verduras

23
**ARROZ TRES DELICIAS
7**
arroz, pavo, tortilla, zanahoria
**POLLO ASADO 8
CON ENSALADA**
pollo, zanahoria, cúrcuma, harina de trigo
FRUTA Y PAN 8
KCAL 673 PROT 34 g HC 88 g LIP 20 g
Cena: huevos a la plancha con pisto de verduras

24
**JUDIAS PINTAS CON VERDURAS
10**
judías pintas, patata, zanahoria
**ABADEJO EN SALSA VERDE
CON ENSALADA
2.8**
POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8.6
KCAL 773 PROT 31 g HC 77 g LIP 34 g
Cena: pollo asado con verdura vapor

27
**PASTA RIOJANA
7.8**
pasta, picadillo de chorizo, tomate
**BACALAO EN SALSA MENIERE
CON PATATA VAPOR 1.2.8**
bacalao, patata, margarina, agrio limón
FRUTA Y PAN 8
KCAL 682 PROT 41 g HC 88 g LIP 23 g
Cena: guisado de ternera con verduras

28
**JUDIAS BLANCAS
CON VERDURAS 10**
judías blancas, patata, zanahoria, codillo
**TORTILLA FRANCESA 7
CON ENSALADA**
huevo líquido, aceite
FRUTA Y PAN 8
KCAL 677 PROT 39 g HC 59 g LIP 27 g
Cena: gallo a la plancha con panaché

29
**PAELLA DE VERDURAS
CON VERDURAS 10**
arroz, menestra, tomate
**DADOS DE ROSADA
CON ENSALADA 2.11**
rosada, harina, aceite
FRUTA Y PAN 8
KCAL 659 PROT 17 g HC 95 g LIP 22 g
Cena: huevos rellenos a la portuguesa

30
**GARBANZOS ESTOFADOS
10**
garbanzos, patata, codillo, chorizo
**SAJONIA AL AJILLO 8
CON ENSALADA**
jamón de cerdo cocido, ajo, perejil, harina
FRUTA Y PAN 8
KCAL 623 PROT 37 g HC 75 g LIP 16 g
Cena: emperador a la plancha c/pure de batata

HALLOWEEN
CREMA DE CALABAZA
calabaza, patata, aceite
**SALCHICHAS DE PAVO
CON PATATAS 1.10**
salchichas de pavo, patatas, aceite
POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8.6
KCAL 649 PROT 24 g HC 70 g LIP 28 g
Cena: pizza de brocoli con atún

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 SOJA PESCADO MOSTAZA MOLUSCOS ARROZ LÁCTEOS HUEVOS CONTIENE GLUTEN FRUTOS DE CÁSCARA DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS CRUSTACEOS ALTRAMUZES GRANOS DE SEMAJA CACAHUETES				
		ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate, cúrcuma	2 CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 patata, apio, zanahoria, repollo CINTA DE LOMO AL AJILLO 8 CON ENSALADA filete de pollo, ajo, perejil, harina	3 MACARRONES CON TOMATE Y CHORIZO 7.8 macarrones, tomate, chorizo FILETE DE POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA 8 filete de pollo, agrio limón, harina
		MERLUZA A LA BILBAINA CON PIMIENTO MORRÓN 2.8.10 merluza, pimiento morrón, cebolla, harina	FRUTA Y PAN 8 KCAL 617 PROT 38 g HC 67 g LIP 21 g Cena: bacalao en papillote con patata asada	POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8.6 KCAL 682 PROT 38 HC 82 g LIP 27 g Cena: crema de calabaza c/huevo poché
		FRUTA Y PAN 8 KCAL 657 PROT 24 g HC 90g LIP 21g Cena: wok de ternera con brocoli		
6 JUDIAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito BACALAO REBOZADO 2.8 CON ENSALADA bacalao, pan rallado, harina	7 LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, zanahoria, codillo LACÓN A LA GALLEGA CON ENSALADA jamón de cerdo cocido, pimentón, aceite	8 PASTA INTEGRAL AL QUESO 6.7.8 pasta integral, queso, nata, leche	9 ALUBIAS CANELA CON VERDURAS 10 alubias canela, patata, zanahoria, codillo POLLO AL CURRY 3.8 CON ENSALADA pollo, zanahoria, tomate, harina	DÍA DE LA HISPANIDAD ARROZ CON GANDULES arroz, verduras, aceitunas, cerdo
FRUTA Y PAN 8 KCAL 640 PROT 21 HC 66 g LIP 30 g Cena: salmorejo con huevo y jamón	FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 35 g HC 78 g LIP 23 g Cena: pollo con tomate y ensalada	FRUTA Y PAN 8 KCAL 676 PROT 35 g HC 74 g LIP 25 g Cena: fajitas con pavo y verduras	FRUTA Y PAN 8 KCAL 668 PROT 35 g HC 60 g LIP 28 g Cena: fideos de calabacín c/atún	POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8.6 KCAL 679 PROT 18 HC 77 g LIP 32 g Cena:hamburguesa de ternera con verduras
13 NO LECTIVO	14 JUDÍA BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS 10 judías, patata, zanahoria, codillo TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite	15 ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, caldo de pollo	16 MENESTRA DE VERDURAS 10 menestra, patata, tomate frito	17 SOPA DE COCIDO 7.8.5 pasta, codillo, carcasas de pollo COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, tocino, morcillo, chorizo
	FRUTA Y PAN 8 KCAL 683 PROT 22 g HC 68 g LIP 32 g Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada	MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA 1.2.6.7.8. merluza, harina, huevo, leche	ALBONDIGAS MIXTAS (burguer meat cerdo-ternera) CON PATATAS 1.10 burguer meat cerdo-ternera, menestra FRUTA Y PAN 8 KCAL 684 PROT 18 g HC 61 g LIP 40 g Cena: espinacas con queso de cabra y jamón	POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8.6 KCAL 686 PROT 34 g HC 73 g LIP 25 g Cena: crema de calabaza con huevo poché
		FRUTA Y PAN 8 KCAL 669 PROT 20 g HC 99 g LIP 20 g Cena: pavo al curry con verduras asadas		
20 LENTEJAS ECOLÓGICAS GUIADAS CON VERDURAS 10 lentejas ecológicas, patata, zanahoria, codillo HUEVOS VILLARROY CON ENSALADA 1.2.6.7.8.11 huevo, pan rallado, harina, leche FRUTA Y PAN 8 KCAL 627 PROT 23 g HC 85 g LIP 18 g Cena: revuelto de jamón y queso	21 PASTA NAPOLITANA 7.8 pasta, jamón york, tomate frito MERLUZA EN SALSA DE NATA CON ZANAHORIA BABY 1.2.6 merluza, zanahoria, nata, margarina	22 CREMA DE BROCOLI 10 brocoli, patata, aceite HAMBURGUESA DE TERNERA (burguer meat) 1.8.10 AJILLO CON ENSALADA hamburguesa, ajo, perejil, harina FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 22 g HC 66 g LIP 32 g Cena: bacalao ajo arriero c/parrillada de verduras	23 ARROZ TRES DELICIAS 7 arroz, pavo, tortilla, zanahoria POLLO ASADO 8 CON ENSALADA pollo, zanahoria, cúrcuma, harina de trigo	24 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS 10 judías pintas, patata, zanahoria CANELONES DE ATÚN CON TOMATE Y QUESO 1.2.3.6.7.8.11 atún, tomate, pasta POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8.6 KCAL 773 PROT 31 g HC 77 g LIP 34 g Cena: pollo asado con verdura vapor
	FRUTA Y PAN 8 KCAL 689 PROT 25 g HC 90 g LIP 24 g Cena: magro estofado con menestra		FRUTA Y PAN 8 KCAL 673 PROT 34 g HC 88 g LIP 20 g Cena: huevos a la plancha con pisto de verduras	
27 PASTA RIOJANA 7.8 pasta, picadillo de chorizo, tomate BACALAO EN SALSA MENIERE CON PATATA VAPOR 1.2.8 bacalao, patata, margarina, agrio limón	28 JUDIAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías blancas, patata, zanahoria, codillo TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite	29 PAELLA DE VERDURAS arroz, menestra, tomate	30 GARBANZOS ESTOFADOS 10 garbanzos, patata, codillo, chorizo SAJONIA AL AJILLO 8 CON ENSALADA jamón de cerdo cocido, ajo, perejil, harina	HALLOWEEN CREMA DE CALABAZA calabaza, patata, aceite
FRUTA Y PAN 8 KCAL 682 PROT 41 g HC 88 g LIP 23 g Cena: guisado de ternera con verduras	FRUTA Y PAN 8 KCAL 677 PROT 39 g HC 59 g LIP 27 g Cena: gallo a la plancha con panaché	FRUTA Y PAN 8 KCAL 659 PROT 17 g HC 95 g LIP 22 g Cena:huevos rellenos a la portuguesa	FRUTA Y PAN 8 KCAL 623 PROT 37 g HC 75 g LIP 16 g Cena: emperador a la plancha c/pure de batata	POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8.6 KCAL 649 PROT 24 g HC 70 g LIP 28 g Cena: pizza de brocoli con atún

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 SOJA PESCADO MOSTAZA MOLUSCOS AIJO LÁCTEOS HUEVOS CONTIENE GLUTEN FRUTOS DE CÁSCARA COCIDO DE AZÚFRE Y SULFIDOS CRUSTÁCEOS ALTRAMUZZES GRANOS DE SESAMO CACAHUETES		ARROZ CON VERDURAS WOK 5 MERLUZA EN SALSA DE PIQUILLO CON PIMIENTO MORRÓN 2 FRUTA Y PAN 8 KCAL 657 PROT 24 g HC 90g LIP 21g	2 CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 FILETE DE CERDO EN SU JUGO CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 617 PROT 38 g HC 67 g LIP 21 g	3 PASTA EN SALSA PROVENZAL 7.8 FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 682 PROT 38 HC 82 g LIP 27 g
6 JUDIAS VERDES REHOGADAS 10 MERLUZA AL AJO ARRIERO 5 CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 640 PROT 21 HC 66 g LIP 30 g	7 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGÚ DE POLLO ESTOFADO CON ZANAHORIA BABY FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 35 g HC 78 g LIP 23 g	8 PASTA AL CURRY CON VERDURAS 3.7.8 SALMÓN MARINADO CON ENSALADA 2 FRUTA Y PAN 8 KCAL 676 PROT 35 g HC 74 g LIP 25 g	9 ALUBIAS CANELA CON VERDURAS 10 POLLO AL CURRY 3 CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 668 PROT 35 g HC 60 g LIP 28 g	10 ARROZ CON VERDURAS MERLUZA AL HORNO 2 CON ENSALADA POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 679 PROT 18 HC 77 g LIP 32 g
13 NO LECTIVO	14 JUDÍA BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS 10 MAGRO DE CERDO ESTOFADO CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 683 PROT 22 g HC 68 g LIP 32 g	15 ARROZ CON TOMATE MERLUZA A LA JARDINERA 2 CON CALABACÍN Y ZANAHORIA FRUTA Y PAN 8 KCAL 669 PROT 20 g HC 99 g LIP 20 g	16 MENESTRA DE VERDURAS 10 RAGÚ DE TERNERA ESTOFADO CON PATATA VAPOR 10 FRUTA Y PAN 8 KCAL 684 PROT 18 g HC 61 g LIP 40 g	17 SOPA DE AVE CON FIDEOS 7.8.5 COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos,patata, ternera POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 686 PROT 34 g HC 73 g LIP 25 g
20 LENTEJAS A LA HORTELANA FILETE DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 627 PROT 23 g HC 85 g LIP 18 g	21 PASTA EN SALSA ALBAHACA 7.8 MERLUZA EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2 FRUTA Y PAN 8 KCAL 689 PROT 25 g HC 90 g LIP 24 g	22 CREMA DE BROCOLI 10 RAGÚ DE TERNERA ESTOFADO CON VERDURAS ASADAS FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 22 g HC 66 g LIP 32 g	23 ARROZ CON VERDURAS ASADAS POLLO ASADO CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 673 PROT 34 g HC 88 g LIP 20 g	24 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS 10 PALOMETA EN SALSA PROVENZAL CON PATATA VAPOR 2.10 POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 773 PROT 31 g HC 77 g LIP 34 g
27 PASTA EN SALSA DE ZANAHORIA Y CHAMPIÑÓN 7.8 MERLUZA ENCEBOLLADA CON PATATA VAPOR 2 FRUTA Y PAN 8 KCAL 682 PROT 41 g HC 88 g LIP 23 g	28 JUDIAS BLANCAS CON VERDURAS 10 FILETE DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 677 PROT 39 g HC 59 g LIP 27 g	29 PAELLA DE VERDURAS ABADEJO CON ZARANGOLLO Y ENSALADA 2 FRUTA Y PAN 8 KCAL 659 PROT 17 g HC 95 g LIP 22 g	30 GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS 10 FILETE DE POLLO A LA MADRILEÑA CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 623 PROT 37 g HC 75 g LIP 16 g	31 CREMA DE CALABAZA 10 RAGÚ DE PAVO AL CURRY CON PATATAS 3.10 POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 649 PROT 24 g HC 70 g LIP 28 g

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		ARROZ HORTELANO	2 CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10	3 MACARRONES CON TOMATE Y CHORIZO 7.8
		FILETE DE POLLO AL CURRY 3 CON ZANAHORIA BABY	CINTA DE LOMO AL AJILLO 8 CON ENSALADA	FILETE DE POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA 8
		FRUTA Y PAN 8 KCAL 657 PROT 24 g HC 90g LIP 21g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 617 PROT 38 g HC 67 g LIP 21 g	POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 682 PROT 38 HC 82 g LIP 27 g
6 JUDIAS VERDES REHOGADAS 10	7 LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10	8 PASTA INTEGRAL AL QUESO 6.7.8	9 ALUBIAS CANELA CON VERDURAS 10	DÍA DE LA HISPANIDAD ARROZ CON GANDULES
FILETE DE POLLO AL AJO ARRIERO CON ENSALADA 5	LACÓN A LA GALLEGA CON ENSALADA	RAGÚ DE PAVO ESTOFADO CON ENSALADA	POLLO AL CURRY 3.8 CON ENSALADA	TORTILLA FRANCESA.7 CON BATATA
FRUTA Y PAN 8 KCAL 640 PROT 21 HC 66 g LIP 30 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 35 g HC 78 g LIP 23 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 676 PROT 35 g HC 74 g LIP 25 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 668 PROT 35 g HC 60 g LIP 28 g	POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 679 PROT 18 HC 77 g LIP 32 g
13 NO LECTIVO	14 JUDÍA BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS 10	15 ARROZ CON TOMATE	16 MENESTRA DE VERDURAS 10	17 SOPA DE COCIDO 7.8.5
	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	FILETE DE POLLO MARINADO CON ENSALADA	ALBONDIGAS MIXTAS (burguer meat cerdo-ternera) CON PATATAS 1.10	pasta, codillo, carcasas de pollo COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, tocino, morcillo, chorizo
	FRUTA Y PAN 8 KCAL 683 PROT 22 g HC 68 g LIP 32 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 669 PROT 20 g HC 99 g LIP 20 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 684 PROT 18 g HC 61 g LIP 40 g	POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 686 PROT 34 g HC 73 g LIP 25 g
20 LENTEJAS ECOLOGICAS GUIADAS CON VERDURAS 10	21 PASTA NAPOLITANA 7.8	22 CREMA DE BROCOLI 10	23 ARROZ TRES DELICIAS 7	24 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS 10
TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	FILETE DE PAVO MARINADO CON ZANAHORIA BABY	HAMBURGUESA DE TERNERA (burguer meat) 1.8.10 AJILLO CON ENSALADA	POLLO ASADO 8 CON ENSALADA	RAGÚ DE PAVO A LA JARDINERA CON PATATAS 10
FRUTA Y PAN 8 KCAL 627 PROT 23 g HC 85 g LIP 18 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 689 PROT 25 g HC 90 g LIP 24 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 22 g HC 66 g LIP 32 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 673 PROT 34 g HC 88 g LIP 20 g	POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 773 PROT 31 g HC 77 g LIP 34 g
27 PASTA RIOJANA 7.8	28 JUDIAS BLANCAS CON VERDURAS 10	29 PAELLA DE VERDURAS	30 GARBANZOS ESTOFADOS 10	31 CREMA DE CALABAZA 10
POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON PATATA VAPOR 10	TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA	FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ZARANGOLLO Y ENSALADA	SAJONIA AL AJILLO 8 CON ENSALADA	SALCHICHAS DE PAVO CON PATATAS 1.10
FRUTA Y PAN 8 KCAL 682 PROT 41 g HC 88 g LIP 23 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 677 PROT 39 g HC 59 g LIP 27 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 659 PROT 17 g HC 95 g LIP 22 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 623 PROT 37 g HC 75 g LIP 16 g	POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 649 PROT 24 g HC 70 g LIP 28 g

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 SOJA PESCADO MOSTAZA MOLUSCOS AJO LÁCTEOS HUEVOS CONTIENE GLUTEN FRUTOS DE CÁSCARA COCIDO DE AZÚFRE Y SULFATOS CRUSTÁCEOS ALTRAMUZZES GRANOS DE SESAMO CACAHUETES		ARROZ HORTELANO MERLUZA A LA BILBAINA CON PIMIENTO MORRÓN 2.8.10 FRUTA Y PAN 8 KCAL 657 PROT 24 g HC 90g LIP 21g	2 CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 617 PROT 38 g HC 67 g LIP 21 g	3 PASTA EN SALSA PROVENZAL 7.8 FILETE DE POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA 8 POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 682 PROT 38 HC 82 g LIP 27 g
6 JUDIAS VERDES REHOGADAS 10 BACALAO REBOZADO 2.8 CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 640 PROT 21 HC 66 g LIP 30 g	7 LENTEJAS A LA HORTELANA 10 RAGÚ DE POLLO ESTOFADO CON ZANAHORIA BABY FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 35 g HC 78 g LIP 23 g	8 PASTA INTEGRAL AL QUESO 6.7.8 SALMÓN EN SALSA MARINERA CON ENSALADA 2.8 FRUTA Y PAN 8 KCAL 676 PROT 35 g HC 74 g LIP 25 g	9 ALUBIAS CANELA CON VERDURAS 10 POLLO AL CURRY 3.8 CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 668 PROT 35 g HC 60 g LIP 28 g	DÍA DE LA HISPANIDAD ARROZ CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA.7 CON BATATA POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 679 PROT 18 HC 77 g LIP 32 g
13 NO LECTIVO	14 JUDÍA BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS 10 TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 683 PROT 22 g HC 68 g LIP 32 g	15 ARROZ CON TOMATE MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA 1.2.6.7.8. FRUTA Y PAN 8 KCAL 669 PROT 20 g HC 99 g LIP 20 g	16 MENESTRA DE VERDURAS 10 HAMBURGUESA DE TERNERA (burger meat) 1.10 ESTOFADA C/PATATA VAPOR FRUTA Y PAN 8 KCAL 684 PROT 18 g HC 61 g LIP 40 g	17 SOPA DE AVE CON FIDEOS 7.8 COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos,patata, ternera POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 686 PROT 34 g HC 73 g LIP 25 g
20 LENTEJAS A LA HORTELANA 10 HUEVOS VILLARROY CON ENSALADA 1.2.6.7.8.11 FRUTA Y PAN 8 KCAL 627 PROT 23 g HC 85 g LIP 18 g	21 PASTA EN SALSA ALBAHACA 7.8 MERLUZA EN SALSA DE NATA CON ZANAHORIA BABY 1.2.6 FRUTA Y PAN 8 KCAL 689 PROT 25 g HC 90 g LIP 24 g	22 CREMA DE BROCOLI 10 HAMBURGUESA DE TERNERA (burger meat) 1.8.10 AJILLO CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 664 PROT 22 g HC 66 g LIP 32 g	23 ARROZ TRES DELICIAS 7 POLLO ASADO 8 CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 673 PROT 34 g HC 88 g LIP 20 g	24 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS 10 CANELONES DE ATÚN CON TOMATE Y QUESO 1.2.3.6.7.8.11 POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 773 PROT 31 g HC 77 g LIP 34 g
27 PASTA EN SALSA DE ZANAHORIA Y CHAMPIÑÓN 7.8 BACALAO EN SALSA MENIERE CON PATATA VAPOR 1.2.8 FRUTA Y PAN 8 KCAL 682 PROT 41 g HC 88 g LIP 23 g	28 JUDIAS BLANCAS CON VERDURAS 10 TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 677 PROT 39 g HC 59 g LIP 27 g	29 PAELLA DE VERDURAS DADOS DE ROSADA CON ENSALADA 2.11 FRUTA Y PAN 8 KCAL 659 PROT 17 g HC 95 g LIP 22 g	30 GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS 10 FILETE DE POLLO A LA MADRILEÑA CON ENSALADA FRUTA Y PAN 8 KCAL 623 PROT 37 g HC 75 g LIP 16 g	31 CREMA DE CALABAZA 10 SALCHICHAS DE PAVO CON PATATAS 1.10 POSTRE LACTEO O FRUTA Y PAN 8,6 KCAL 649 PROT 24 g HC 70 g LIP 28 g