

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

Arroz con salsa de tomate ecol
Filete de pollo con ensalada
Lácteo / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal: 682 Prot: 33 Lip: 27 HC:80

03

Lentejas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada
Queso Fresco / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal: 732 Prot: 35 Lip: 28 HC: 82

04

Puchero con fideos
Merluza a la vizcaína con ensalada
Lácteo / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:650 Prot: 29 Lip: 33 HC: 70

05

Puré de verduras
Magro de cerdo con judías
Fruta / Natillas
Pan blanco ecológico
Kcal: 667 Prot:32 Lip: 26 HC: 61

06

Ensalada mixta
Patatas guisadas con carrillada con
menestra
Lácteo / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal: 690 Prot:17 Lip:24 HC: 83

09

Pastel de patatas y huevo
Merluza empanada con ensalada
Lácteo / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:810 Prot:35 Lip:32 HC:102

10

Espirales a la carbonara
Jamoncitos de pollo con
champiñones
Queso Fresco / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:707 Prot:31 Lip:27 HC: 70

11

Alubias con chorizo
Tortilla francesa con ensalada
Lácteo / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:772 Prot:39 Lip:31HC:86

12

FESTIVO

13

FESTIVO

16

Ensalada completa
Estofado de ternera con patatas
Lácteo / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:692 Prot:22 Lip:21 HC:83

17

Paella mixta
Varitas de merluza con menestra
Queso Fresco / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:983 Prot:25 Lip:37 HC:107

18

Salmorejo
Patatas con huevos con ensalada
Lácteo / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:672 Prot:30 Lip:31HC:64

19

Arroz con tomate
Filetes de pollo con champiñones
Natillas / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:696 Prot:20 Lip:41 HC:84

20

Lentejas con chorizo
Magro de cerdo con verduras
Lácteo / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:795 Prot:4 Lip:34 HC:79

23

Espaguetis con salsa tomate
Buñuelos de bacalao con tomates
aliñados
Lácteo / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:964 Prot:24 Lip:38 HC:108

24

Crema de verduras
Pollo al curry con patatas panaderas
Queso Fresco / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:688 Prot:32 Lip:27 HC:70

25

Sopa de garbanzos con arroz y carne
Estofado de cerdo con calabacín
Lácteo / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:786 Prot:26 Lip:39 HC:96

26

Fideua de pescado
Tortilla de patatas con ensalada
Lácteo / Fruta
Pan blanco ecológico
Kcal:830 Prot:29 Lip:33 HC:109

27

JORNADA
GASTRONOMICA