

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Día 2</p> <p>Canelones gratinados Peques: lacitos con tomate Menestra de verduras Atún empanado Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Manzana Pan y agua Kcal 702 Prot 32,4 HCar 79,2 Lipid 26,1</p>	<p>Día 3</p> <p>Arroz con pollo Judías verdes con jamón Lomo de Sajonia Patatas rizadas Pera Pan y agua Kcal 705 Prot 33,4 HCar 77,3 Lipid 27,9</p>	<p>Día 4</p> <p>Crema de calabacín Albóndigas de ternera en salsa Patatas fritas Yogur /Fruta Pan y agua Kcal 691 Prot 31,9 HCar 73,6 Lipid 26,8</p>	<p>Día 5</p> <p>Macarrones napolitana Alcachofas en salsa verde Merluza a la plancha Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Melocotón en almíbar Pan y agua Kcal 701 Prot 36,6 HCar 73,9 Lipid 21,2</p>	<p>Día 6</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo, Garbanzos, patata, chorizo, ternera, pollo Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Plátano Pan y agua Kcal 770 Prot 35,8 HCar 95,1 Lipid 29,4</p>
<p>Día 9</p> <p>Sopa de marisco Guisantes con jamón Bacalao a la Vizcaína PEQUES: Bacalao rebozado Patatas panadera Manzana Pan y agua Kcal 699 Prot 33,2 HCar 77,9 Lipid 25,2</p>	<p>Día 10</p> <p>Judías blancas estofadas Coliflor gratinada Cinta de lomo Rodajas de tomate natural Yogur /Fruta Pan y agua Kcal 702 Prot 33,4 HCar 77,3 Lipid 25,9</p>	<p>Día 11</p> <p>Crema de verduras judías verde, zanahoria, guisantes, alcachofas y champiñón Pollo asado en su jugo Patatas fritas Plátano Pan y agua Kcal 690 Prot 28,7 HCar 74,4 Lipid 20,4</p>	<p>Día 12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>Día 13</p> <p>Espirales a la napolitana Brócoli salteado con bacon Filete de salmón empanado Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Piña Pan y agua Kcal 701 Prot 32,8 HCar 79,1 Lipid 29,4</p>
<p>Día 16</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo, Garbanzos, patata, chorizo, ternera, pollo Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Plátano Pan y agua Kcal 770 Prot 35,8 HCar 95,1 Lipid 29,4</p>	<p>Día 17</p> <p>Arroz con tomate Judías verdes con tomate Albóndigas de ternera en salsa Champiñón al ajillo Manzana Pan y agua Kcal 703 Prot 29,9 HCar 72,9 Lipid 21,8</p>	<p>Día 18</p> <p>Lentejas estofadas Crema de espinacas Calamares y varitas Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Yogur / Fruta Pan y agua Kcal 702 Prot 31,9 HCar 73,6 Lipid 26,8</p>	<p>Día 19</p> <p>Guisantes con jamón PEQUES: Puré de verduras Pechuga de pollo en salsa Patatas fritas Plátano Pan y agua Kcal 690 Prot 28,7 HCar 86,4 Lipid 19,4</p>	<p>Día 20</p> <p>Coditos con tomate y bacon. Menestra de verduras Merluza a la plancha Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Pera Pan y agua HCar 709 Lipid 32,4 HCar 82,5 Lipid 28,2</p>
<p>Día 23</p> <p>Judías blancas estofadas Alcachofas con jamón Cinta de lomo Patatas fritas Yogur / Fruta Pan y agua Kcal 705 Prot 32,9 HCar 77,6 Lipid 24,9</p>	<p>Día 24</p> <p>Espaguetis a la carbonara PEQUES: lacitos con tomate y bacon Judías verde salteadas Mero en salsa marinera Patata al vapor Naranja Pan y agua Kcal 699 Prot 36,6 HCar 79,9 Lipid 21,2</p>	<p>Día 25</p> <p>Crema de verduras naturales Pollo asado en su jugo Patatas Yogur / Fruta Pan y agua Kcal 704 Prot 38,4 HCar 77,7 Lipid 25,5</p>	<p>Día 26</p> <p>Sopa de fideos Cocido completo Garbanzos, verduras, patata, ternera, pollo, morcilla Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Plátano Pan y agua Kcal 770 Prot 35,8 HCar 95,1 Lipid 29,4</p>	<p>Día 27</p> <p>Arroz blanco con tomate Espárragos blancos Filete de emperador Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Manzana Pan y agua Kcal 703 Prot 31,4 HCar 80,2 Lipid 27,2</p>
<p>Día 30</p> <p>Lentejas estofadas Menestra de verduras Pechuga de pollo Rodajas de tomate Naranja Pan y agua Kcal 705 Prot 34,8 HCar 76,1 Lipid 26,4</p>	<p>Día 31</p> <p>Sopa de marisco Filete de cerdo a la plancha Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Yogur / Fruta Pan y agua Kcal 699 Prot 35,1 HCar 73,3 Lipid 27,5</p>			



*La valoración nutricional corresponde con la elección de la primera opción del primer plato.

