




















































































































LUNES Día 1	MARTES Día 2	MIÉRCOLES Día 3	JUEVES Día 4	VIERNES Día 5	SABADO Día 6	DOMINGO Día 7
DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO
Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Galletas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada/ aceite de oliva) Magdalenas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada/ aceite de oliva) Cereales	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada/ aceite de oliva) Croissants	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada/ aceite de oliva) Galletas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada/ aceite de oliva) Churros	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada/ aceite de oliva) Churros
COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA
Paella de marisco   Cinta de lomo adobada Ensalada de lechuga, tomate aceitunas y zanahoria Fruta Pan  y agua Kcal 708 Prot 22,8 H. Car 75,9 Lipid 24,6	Guisantes con jamón y huevo duro  Pechuga a la plancha Patatas  Yogur  Pan  y agua Kcal 695 Prot 22,8 H. Car 73,8 Lipid 23,5	Patatas gratinadas con bechamel, bacon y queso  Filete de panga empanado   Ensalada de lechuga, tomate aceitunas y zanahoria Helado  Pan  y agua Kcal 703 Prot 25,6 H. Car 77,1 Lipid 26,9	Espaguetis a la carbonara   Pollo al ajillo Patatas  Fruta Pan  y agua Kcal 701 Prot 23,5 H. Car 77,9 Lipid 24,9	Lentejas caseras  Tortilla española  Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Fruta Pan  y agua Kcal 709 Prot 22,8 H. Car 74,9 Lipid 24,6	Coctel de marisco    Chuletitas de cordero Patatas  Fruta Pan  y agua Kcal 703 Prot 31,2 HCar 72,1 Lipid 23,8	Revuelto de champiñón, espárragos y gambas   Codillo asado Salteado de verduras Fruta Pan  y agua Kcal 700 Prot 32,4 HCar 73,9 Lipid 27,2
CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA
Ensalada mixta completa     Pinchos morunos Patatas  Fruta Pan  y agua Kcal 701 Prot 23,5 H Car 77,9 Lipid 24	Espaguetis con verduras   Bacalao con tomate   Patatas al vapor Fruta Pan  y agua Kcal 699 Prot 23,5 H Car 77,9 Lipid 22,2	Arroz blanco con tomate y picadillo de salchichas   Recomendado de lomo  Ensalada de lechuga, tomate aceitunas y zanahoria Fruta Pan  y agua Kcal 713 Prot 24,5 HCar 76,9 Lipid 24,1	Crema de calabacín con picatostes   Filetes empanados   Patatas  Yogur  Pan  y agua Kcal 698 Prot 25,4 H Car 74,2 Lipid 25,2	Perritos calientes   Patatas  Batido  Refresco Yogur  Fruta Kcal 712 Prot 23,5 H Car 79,9 Lipid 24,2	Hamburguesa de ternera con queso, lechuga, tomate y cebolla     Patatas  Bollito     Batido  Refresco Kcal 712 Prot 26,9 HCar 78,4 Lipid 26,8	Arroz con tomate y atún   Lomo adobado Ensalada Fruta Pan  y agua Kcal 700 Prot 25,1 HCar 78,3 Lipid 26,5
















































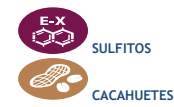
LUNES Día 8	MARTES Día 9	MIÉRCOLES Día 10	JUEVES Día 11	VIERNES Día 12	SABADO Día 13	DOMINGO Día 14
DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO
Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Galletas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Magdalenas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Cereales	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Croissants	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Galletas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Churros	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Churros
COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA
Sopa de cocido Cocido completo Ensalada de lechuga, tomate aceitunas y zanahoria Fruta Pan y agua	Ensalada campera Carne estofada Patata fritas Yogur Pan y agua	Patata gratinada rellena de carne Jamoncitos de pollo en salsa Champiñón al ajillo Fruta Pan y agua	Arroz con marisco Filetes de palometa en salsa verde Patatas al ajo-perejil Helado Pan y agua	Ensalada de pasta Huevos duros con pisto Patatas Fruta Pan y agua	Ensaladilla rusa Patorra de pavo asada Salteado de setas Natillas Pan y agua	Ensalada mixta Lasaña al horno gratinada Fruta/Tarta Pan y agua
Kcal 770 Prot 35,8 HCar 92,2 Lipid 29,4	Kcal 701 Prot 34,4 HCar 76,4 Lipid 22,6	Kcal 699 Prot 29,2 HCar 79,9 Lipid 24,6	Kcal 701 Prot 34,4 HCar 76,4 Lipid 22,6	Kcal 705 Prot 31,1 HCar 78,8 Lipid 22,8	Kcal 699 Prot 30,52 HCar 73,2 Lipid 23,1	Kcal 701 Prot 32,8 HCar 78,2 Lipid 25,1
CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA
Gazpacho andaluz Croquetas de jamón Cinta de lomo Patatas panadera Fruta Pan y agua	Ensalada de arroz Merluza a la romana Ensalada de lechuga, tomate aceitunas y zanahoria Fruta Pan y agua	Hélices a la carbonara Tortilla francesa con salchichas Salsa de tomate Helado Pan y agua	Judías verdes en ensalada Chuletas de aguja al ajillo Patatas Natillas Pan y agua	Pizza de jamón y queso Patatas Zumo de frutas y leche Yogur Refresco Fruta	Bocadillo de tortilla española con, pimiento, queso y tomate Ensalada Bollito Zumo de frutas y leche Refresco	Sopa de picadillo Chuletas de sajonia Bolitas de patata Fruta Pan y agua
Kcal 770 Prot 35,8 HCar 92,2 Lipid 29,4	Kcal 701 Prot 34,4 HCar 76,4 Lipid 22,6	Kcal 699 Prot 29,2 HCar 79,9 Lipid 24,6	Kcal 701 Prot 34,4 HCar 76,4 Lipid 22,6	Kcal 705 Prot 31,1 HCar 78,8 Lipid 22,8	Kcal 712 Prot 27,7 HCar 80,4 Lipid 27,5	Kcal 681 Prot 31,2 HCar 72,4 Lipid 24,1



























LUNES Día 15	MARTES Día 16	MIÉRCOLES Día 17	JUEVES Día 18	VIERNES Día 19	SABADO Día 20	DOMINGO Día 21
DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO
Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Galletas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Magdalenas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Cereales	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Croissants	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Galletas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Churros	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Churros
COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA
Canelones a la italiana  Peques: Pasta con tomate y queso  Atún empanado  Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Fruta Pan  y agua	Arroz tres delicias  Albóndigas en salsa  Patatas fritas  Fruta Pan  y agua	Macarrones napolitana  Pechuga en salsa de vino blanco  Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Helado  Pan  y agua	Ensalada de pollo  Peques: sopa de picadillo  Ternera asada en su jugo  Patatas rizadas  Fruta Pan  y agua	Huevos rellenos de atún  Peques: crema de calabacín  Solomillos de cerdo  Salteado de setas Fruta Pan  y agua	Pimientos rellenos de atún  Cordero asado Patatas  Fruta Pan  y agua	Rollitos de espárragos gratinados  Carrilladas en salsa de vino tinto  Salteado de setas Fruta Pan  y agua
Kcal 725 Prot 33,2 Hcar 79,1 Lipid 26,5	Kcal 712 Prot 33,6 HCar 73,9 Lipid 22,5	Kcal 701 Prot 31,7 HCar 75,4 Lipid 24,4	Kcal 770 Prot 35,8 HCar 92,2 Lipid 29,4	Kcal 703 Prot 31,8 HCar 73,1 Lipid 22,1	Kcal 703 Prot 31,2 HCar 72,1 Lipid 23,8	Kcal Prot 32,4 HCar 73,9 Lipid 27,2
CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA
Ensalada de verano  Alitas de pollo al horno Salteado de verduras Fruta Pan  y agua	Menestra de verduras Chuletas de Sajonia Patatas fritas  Yogur  Pan  y agua	Arroz con tomate Filete de tilapia en salsa verde  Patatitas al vapor Fruta Pan  y agua	Espaguetis a la marinera  Filetitos rusos en salsa a la pimienta  Champiñón y zanahoria Fruta Pan  y agua	Paninis caseros de atún y bacon  Ensalada Vogur  Batido  Refresco Fruta	Hamburguesa de ternera con queso, lechuga, tomate y cebolla  Patatas  Bollito  Batido  Refresco	Macarrones con tomate y atún  Huevos fritos y salchichas con salsa de tomate  Patatas  Fruta Pan  y agua
Kcal 725 Prot 33,2 Hcar 79,1 Lipid 26,5	Kcal 712 Prot 33,6 HCar 73,9 Lipid 22,5	Kcal 701 Prot 31,7 HCar 75,4 Lipid 24,4	Kcal 770 Prot 35,8 HCar 92,2 Lipid 29,4	Kcal 703 Prot 31,8 HCar 73,1 Lipid 22,1	Kcal 712 Prot 26,9 HCar 78,4 Lipid 26,8	Kcal 701 Prot 25,9 HCar 78,4 Lipid 26,5



LUNES Día 22	MARTES Día 23	MIÉRCOLES Día 24	JUEVES Día 25	VIERNES Día 26	SABADO Día 27	DOMINGO Día 28
DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO
Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Galletas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Magdalenas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Cereales	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Croissants	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Galletas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Churros	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Churros
COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA
Ensalada campera  Cinta de lomo adobada Ensalada Lechuga, tomate, aceitunas y zanahoria Fruta Pan  y agua Kcal 712 Prot 30,4 HCar 78,1 Lipid 23,5	Paella valenciana Filetes rusos en salsa de tomate  Patatas fritas  Fruta Pan  y agua Kcal 711 Prot 31,7 HCar 79,6 Lipid 24,6	Ensalada de garbanzos  Huevos fritos  Patatas rizadas  Fruta Pan  y agua Kcal 732 Prot 34,5 HCar 85,3 Lipid 25,4	Crema de verduras Pechuga de pollo empanada  Patatitas al ajo-perejil Helado  Pan  y agua Kcal 698 Prot 34,5 HCar 77,2 Lipid 22,4	Espaguetis a la carbonara  Merluza a la romana  Ensalada de Lechuga, tomate, aceitunas y zanahoria Manzana Pan  y agua Kcal 702 Prot 35,1 HCar 79,2 Lipid 24,2	Ensalada completa  Canelones a la italiana  Natillas  Pan  y agua Kcal 699 Prot 30,52 HCar 73,2 Lipid 23,1	Fideua de marisco  Carcamusas a la toledana  Patatas  Fruta/Tarta Pan  y agua Kcal 701 Prot 32,8 HCar 78,2 Lipid 25,1
CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA
Guisantes rehogados con jamón Tortilla española con mahonesa  Rodajas de tomate natural Yogur  Pan  y agua Kcal 712 Prot 30,4 HCar 78,1 Lipid 23,5	Ensalada "Cesar"  Filete empanado  Patatas rizadas  Fruta Pan  y agua Kcal 711 Prot 31,7 HCar 79,6 Lipid 24,6	Raviolis de carne con salsa de tomate  Merluza a la romana  Ensalada de lechuga, tomate, aceitunas y zanahoria Fruta Pan  y agua Kcal 732 Prot 34,5 HCar 85,3 Lipid 25,4	Arroz a la milanesa  Empanadillas y varitas de merluza Ensalada de lechuga, tomate, aceitunas y zanahoria Helado  Pan  y agua Kcal 698 Prot 34,5 HCar 77,2 Lipid 22,4	Sandwich mixto de jamon y queso  Patatas  Yogur  Zumo de frutas Refresco Fruta Kcal 702 Prot 35,1 HCar 79,2 Lipid 24,2	Pizza de atún o jamón y queso  Ensalada Bollito  Zumo de frutas y leche  Refresco Kcal 709 Prot 27,1 HCar 79,4 Lipid 27,5	Patatas ali oli  Alitas de pollo adobadas Ensalada  Fruta Pan  y agua Kcal 698 Prot 35,2 HCar 72,6 Lipid 25,2



LUNES Día 29	MARTES Día 30	MIÉRCOLES Día 31				
DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO				
Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Galletas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Magdalenas	Café con leche, Cola Cao, zumo, tostadas (mantequilla / mermelada / aceite de oliva) Cereales				
COMIDA	COMIDA	COMIDA				
Lentejas estofadas  Calamares  y croquetas de jamón  Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas Fruta Pan  y agua Kcal 712 Prot 36 HCar 70,1 Lipid 25,5	Ensalada de arroz   Chuleta de sajonia Salteado de setas Fruta Pan  y agua Kcal 714 Prot 33,2 HCar 73,9 Lipid 26,5	Menestra de verduras Pollo asado Patatas rizadas  Yogur  Pan  y agua Kcal 705 Prot 33,4 HCar 73,2 Lipid 24,1				
CENA	CENA	CENA				
Crema de verduras Pechugas de pollo en salsa  Patatas fritas  Fruta Pan  y agua Kcal 712 Prot 36 HCar 70,1 Lipid 25,5	Ensalada tropical   Huevos duros con pisto Bolitas de queso Fruta Pan  y agua Kcal 714 Prot 33,2 HCar 73,9 Lipid 26,5	Coditos con tomate y queso gratinados   Filete de panga empanado    Calabacín rebozado  Yogur  Pan  y agua Kcal 705 Prot 33,4 HCar 73,2 Lipid 24,1				

Septiembre

