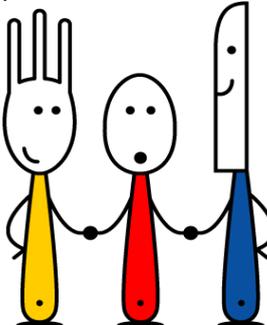


LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9	10	11	12	13
	Espárragos gratinados (pasta, queso y tomate)	Ensalada campera (patata, atún, surimi, huevo, zanahoria y tomate)	Lentejas caseras (harina, zanahoria, patata, tomate, ajo, pimiento y cebolla)	Crema de brócoli y queso gorgonzola (brócoli, puerro, zanahoria, patata, caldo de verduras y queso)
	Merluza en salsa de piquillo (harina, cebolla, ajo, pimiento del piquillo y perejil)	Pechuga de pollo natural empanada (huevo y pan rallado)	PEQUES: Tortilla francesa	Albóndigas en salsa (carne de ternera y cerdo, cebolla, harina, ajo, zanahoria y vino)
	Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas	Champiñón al ajillo	Huevos duros con fritada de tomate y queso	Patatas fritas
	Fruta Pan y agua	Fruta/Yoaur Pan y agua	Fruta/Yoaur Pan integral y agua	Fruta Pan y agua
Kcal: 700, Prot: 36,8 g, HCar: 79,7 g, Lipid: 25,1 g	Kcal: 712, Prot: 37,2g, HCar: 79,7g, Lipid: 25,9g	Kcal: 701, Prot: 36,8g, HCar: 79,2, Lipid: 26,4g	Kcal: 698, Prot: 34,1g, HCar: 77,3g, Lipid: 25,1g	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
16	17	18	19	20
Ensalada de pasta (pasta, zanahoria, atún, huevo, surimi y aceitunas)	Puré de verduras (judías verdes, acelgas, calabacin, zanahoria, espinacas y patata)	Sopa de cocido (pasta)	Paella con pollo y verduras (cebolla, ajo, tomate, pollo, zanahoria, alcachofas y pimiento)	Guisantes salteados con jamón
PEQUES: Bacalao rebozado (harina)			PEQUES: Merluza en salsa (harina, cebolla, ajo y perejil)	
Bacalao a la vizcaina (harina, cebolla, pimiento, tomate)	Pollo asado en su jugo (cebolla y vino)	Cocido completo, Garbanzos, patata, chorizo, ternera, pollo	Boquerones a la andaluza (harina)	Tortilla francesa con jamón
Verduras salteadas	Patatas fritas	Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas	Tomate aliñado (aceite de oliva, vinagre y orégano)	Patatas panadera
Fruta/Yogur Pan y agua	Fruta Pan y agua	Fruta/Yogur Pan y agua	Fruta Pan integral y agua	Fruta/Yogur Pan y agua
Kcal: 705, Prot: 32,2 g, HCar: 79,2 g, Lipid: 25,2 g	Kcal: 699, Prot: 32,2g, HCar: 73,2 g, Lipid: 19,8 g	Kcal: 706, Prot: 32,0 g, HCar: 81,6 g, Lipid: 27,8 g	Kcal: 703, Prot: 31,9 g, HCar: 80,2 g, Lipid: 24,8 g	Kcal: 770, Prot: 35,8 g, HCar: 92,2 g, Lipid: 29,4 g

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
23	24	25	26	27
Lentejas a la horrelana (harina, cebolla, ajo, pimiento, zanahoria, patata, tomate y puerro)	Menestra de verduras (judía verde, alcachofa, champiñón, zanahoria, espárragos y guisantes)	Espaguetis a la napolitana (pasta, carne de ternera, cebolla y tomate)	Aroz 3 delicias (guisante, zanahoria, huevo, gamba)	Ensalada de garbanzos (Zanahoria, tomate, atún, surimi, pimiento y cebolla)
		Espárragos verdes a la plancha	PEQUES: Arroz con salsa de tomate	
Empanadillas de atún y porciones de merluza empanada	Filetes de ternera asada en su jugo (harina, cebolla, ajo, vino y zanahoria)	Filetes de palometa en salsa verde (harina, cebolla, ajo, perejil y huevo)	Ragout de pavo en salsa (harina, cebolla, zanahoria, ajo y vino)	Tortilla española (huevo, cebolla y patata)
Taquitos de tomate y queso fresco aliñados	Patatas fritas	Salteado de guisantes, zanahoria y champiñón	Salteado de setas	Ensalada de Lechuga, tomate, aceitunas, zanahoria y maíz
Fruta/Yogur Pan y agua	Fruta Pan y agua	Fruta/Yogur Pan y agua	Fruta Pan integral y agua	Fruta Pan y agua
Kcal: 701, Prot: 34,8g, HCar: 76,1 g, Lipid: 25,8 g	Kcal: 705, Prot: 34,0g, HCar: 79,3 g, Lipid: 26,9 g	Kcal: 700, Prot: 33,2 g, HCar: 76,2 g, Lipid: 26,4 g	Kcal: 700, Prot: 33,2g, HCar: 76,2 g, Lipid: 26,4g	Kcal: 696, Prot: 34,1 g, HCar: 73,2G, Lipid: 25,8 g

LUNES
30
Fideua de pollo (harina, carne de pollo, cebolla, ajo, tomate y perejil) o judías verdes salteadas con jamón
Empanadillas de atún y porciones de merluza empanada
Taquitos de tomate y queso fresco aliñados
Fruta / Yogur Pan y agua
Kcal: 702, Prot: 33,3 g, HCar: 76,1 g, Lipid: 26,8 g

