

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES																																								
<p><b>FELIZ DÍA DE REYES</b></p>		<p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Lombarda salteada con manzana y pasas</p> <p>Tortilla francesa con jamón</p> <p>Tomate aliñado (aceite de oliva, vinagre y orégano)</p> <p>Fruta/Yogur Pan sin gluten y agua</p>	<p>Macarrones a la napolitana (pasta sin gluten, tomate, albahaca, orégano y cebolla)</p> <p>Espárgagos blancos</p> <p>Merluza al horno en salsa verde (harina sin gluten, cebolla, ajo y perejil)</p> <p>Salteado de verduras</p> <p>Fruta Pan sin gluten y agua</p>	<p>Sopa de cocido (pasta sin gluten)</p> <p>Cocido completo: Garbanzos, patata, chorizo, ternera, pollo y perejil</p> <p>Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas</p> <p>Fruta Pan sin gluten y agua</p>																																								
		<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>701</td><td>34,4 g</td><td>77,3 g</td><td>25,1g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	701	34,4 g	77,3 g	25,1g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>701</td><td>34,9 g</td><td>75,2 g</td><td>25,1g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	701	34,9 g	75,2 g	25,1g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>770</td><td>35,8 g</td><td>95,1 g</td><td>29,4 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	770	35,8 g	95,1 g	29,4 g																
	Kcal	Prot	HCar	Lipid																																								
	701	34,4 g	77,3 g	25,1g																																								
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
701	34,9 g	75,2 g	25,1g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
770	35,8 g	95,1 g	29,4 g																																									
	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>690</td><td>35,6 g</td><td>73,2 g</td><td>24,1g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	690	35,6 g	73,2 g	24,1g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>688</td><td>36,0 g</td><td>71,3g</td><td>21,4g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	688	36,0 g	71,3g	21,4g																										
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
690	35,6 g	73,2 g	24,1g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
688	36,0 g	71,3g	21,4g																																									
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17																																								
<p>Menestra de verduras (judía verde, guisantes, zanahoria, champiñón, espárgagos y alcachofas)</p> <p>Pollo asado en su jugo a las finas hierbas (cebolla, orégano, tomillo y vino)</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta/Yogur Pan sin gluten y agua</p>	<p>Lentejas caseras con chorizo (harina sin gluten, zanahoria, patata, ajo, pimiento, cebolla, tomate y carne de cerdo)</p> <p>Bacalao al horno a la portuguesa (harina sin gluten, pimiento, vino blanco cebolla y pimentón)</p> <p>Patatas al vapor</p> <p>Fruta/Yogur Pan sin gluten y agua</p>	<p>Patatas guisadas con atún (atún, harina sin gluten, cebolla, zanahoria, tomate, y ajo)</p> <p>Ensalada de pimientos</p> <p>Albóndigas en salsa (carne de cerdo, zanahoria, cebolla, harina sin gluten, ajo, tomate frito)</p> <p>Salteado de champiñón, zanahoria y guisantes</p> <p>Fruta/Yogur Pan sin gluten y agua</p>	<p>Farfalle con sala de tomate y queso (pasta sin gluten, tomate frito y queso)</p> <p>Judías verdes salteadas con jamón</p> <p>Filete de palometa en salsa (harina sin gluten, cebolla, ajo y perejil)</p> <p>Ensalada de Lechuga, tomate, zanahoria, aceitunas y maíz</p> <p>Fruta Pan sin gluten y agua</p>	<p>Alubias blancas con almejas (harina sin gluten, ajo, cebolla, pimiento, tomate, zanahoria y almejas)</p> <p>Tortilla española (huevo, patata, aceite de oliva)</p> <p>Tacos de tomate aliñados (aceite de oliva, vinagre y orégano)</p> <p>Fruta/Yogur Pan sin gluten y agua</p>																																								
<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>704</td><td>35,7 g</td><td>74,9 g</td><td>26,1 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	704	35,7 g	74,9 g	26,1 g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>700</td><td>32,2g</td><td>75,2 g</td><td>25,7g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	700	32,2g	75,2 g	25,7g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>712</td><td>33,8 g</td><td>79,5 g</td><td>26,4 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	712	33,8 g	79,5 g	26,4 g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>703</td><td>31,9 g</td><td>74,2 g</td><td>25,6 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	703	31,9 g	74,2 g	25,6 g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>704</td><td>33,8 g</td><td>78,1 g</td><td>25,4 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	704	33,8 g	78,1 g	25,4 g
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
704	35,7 g	74,9 g	26,1 g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
700	32,2g	75,2 g	25,7g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
712	33,8 g	79,5 g	26,4 g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
703	31,9 g	74,2 g	25,6 g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
704	33,8 g	78,1 g	25,4 g																																									
<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>699</td><td>35,1 g</td><td>75,4 g</td><td>25,4 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	699	35,1 g	75,4 g	25,4 g		<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>690</td><td>33,9 g</td><td>71,1 g</td><td>22,1 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	690	33,9 g	71,1 g	22,1 g																										
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
699	35,1 g	75,4 g	25,4 g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
690	33,9 g	71,1 g	22,1 g																																									
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24																																								
<p>Fusilli con tomate y bacon (pasta sin gluten, tomate y carne de cerdo)</p> <p>Espinacas salteadas con ajito y jamón</p> <p>Merluza a la plancha</p> <p>Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas</p> <p>Fruta Pan sin gluten y agua</p>	<p>Crema de verduras (patata, puerro, calabacín, judías verdes, calabaza, acelgas y zanahoria)</p> <p>Escalope de lomo de cerdo (huevo y pan rallado sin gluten)</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta Pan sin gluten y agua</p>	<p>Sopa de cocido (pasta sin gluten)</p> <p>Cocido completo, Garbanzos, patata, chorizo, ternera, pollo...</p> <p>Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas</p> <p>Fruta/Yogur Pan sin gluten y agua</p>	<p><b>SAN ILDEFONSO DE TOLEDO PARISH</b></p>																																									
<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>701</td><td>33,8g</td><td>76,1 g</td><td>25,8 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	701	33,8g	76,1 g	25,8 g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>720</td><td>34,0g</td><td>76,3 g</td><td>27,3 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	720	34,0g	76,3 g	27,3 g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>770</td><td>35,8 g</td><td>95,1 g</td><td>29,4 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	770	35,8 g	95,1 g	29,4 g																		
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
701	33,8g	76,1 g	25,8 g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
720	34,0g	76,3 g	27,3 g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
770	35,8 g	95,1 g	29,4 g																																									
<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>687</td><td>35,7g</td><td>72,2 g</td><td>22,8 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	687	35,7g	72,2 g	22,8 g		<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>690</td><td>33,9 g</td><td>71,1 g</td><td>22,1 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	690	33,9 g	71,1 g	22,1 g																										
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
687	35,7g	72,2 g	22,8 g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
690	33,9 g	71,1 g	22,1 g																																									
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31																																								
<p>Macarrones en salsa de tomate (pasta sin gluten y tomate frito)</p> <p>Brócoli aliñado</p> <p>Merluza a la romana (harina sin gluten y huevo)</p> <p>Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas</p> <p>Fruta/Yogur Pan sin gluten y agua</p>	<p>Lentejas hortelana (harina sin gluten, zanahoria, patata, ajo, pimiento, cebolla, tomate)</p> <p>Nuggets de pollo (harina de maíz)</p> <p>Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas</p> <p>Fruta Pan sin gluten y agua</p>	<p>Arroz con salsa de tomate (salsa de tomate frito)</p> <p>Ensalada mixta (lechuga, atún, tomate, aceitunas, maíz, huevo, pimiento y zanahoria)</p> <p>Filetes de jamón asado en salsa (harina sin gluten, carne de cerdo, cebolla, zanahoria y vino)</p> <p>Champiñón al ajillo (ajo y perejil)</p> <p>Fruta/Yogur Pan sin gluten y agua</p>	<p>Judías verdes salteadas con jamón</p> <p>Pechuga de pollo en salsa de zanahoria (carne de pollo, ajo, harina sin gluten, cebolla y zanahoria)</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta Pan sin gluten y agua</p>	<p>Fideua de marisco (pasta sin gluten, cebolla, ajo, tomate, pimiento y gamba, calamar y caldo de marisco y pescado)</p> <p>Coliflor a la gallega</p> <p>Filete de palometa a la plancha</p> <p>Tacos de tomate y queso aliñados (aceite de oliva, vinagre y orégano)</p> <p>Fruta Pan sin gluten y agua</p>																																								
<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>720</td><td>34,8g</td><td>78,5 g</td><td>25,8 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	720	34,8g	78,5 g	25,8 g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>720</td><td>34,0g</td><td>76,3 g</td><td>27,3 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	720	34,0g	76,3 g	27,3 g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>706</td><td>32,8 g</td><td>76,1 g</td><td>27,1 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	706	32,8 g	76,1 g	27,1 g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>700</td><td>33,2g</td><td>75,2 g</td><td>26,4g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	700	33,2g	75,2 g	26,4g	<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>701</td><td>34,1 g</td><td>76,2 g</td><td>25,8 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	701	34,1 g	76,2 g	25,8 g
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
720	34,8g	78,5 g	25,8 g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
720	34,0g	76,3 g	27,3 g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
706	32,8 g	76,1 g	27,1 g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
700	33,2g	75,2 g	26,4g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
701	34,1 g	76,2 g	25,8 g																																									
<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>700</td><td>35,6g</td><td>74,2 g</td><td>23,6 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	700	35,6g	74,2 g	23,6 g		<table border="1"> <tr><td>Kcal</td><td>Prot</td><td>HCar</td><td>Lipid</td></tr> <tr><td>695</td><td>35,8 g</td><td>71,1 g</td><td>24,3 g</td></tr> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	695	35,8 g	71,1 g	24,3 g																										
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
700	35,6g	74,2 g	23,6 g																																									
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																									
695	35,8 g	71,1 g	24,3 g																																									