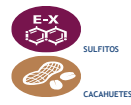


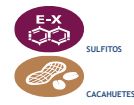
LUNES Día 6	MARTES Día 7	MIÉRCOLES Día 8	JUEVES Día 9	VIERNES Día 10	SABADO Día 11	DOMINGO Día 12
<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>
	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Magdalenas	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Cereales	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Croissants	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Sobaos	Café con leche, Cola Cao, zumo y Churros	Café con leche, Cola Cao, zumo y Churros
	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>
	Arroz blanco con salsa de tomate o Menestra de verduras	Lentejas a la hortelana (ajo, harina, cebolla, tomate, patata y zanahoria)	Judías verdes salteadas con huevo duro	Plumas con crema de quesos (pasta, nata y quesos) o Espárragos verdes con holandesa	Ensaladilla rusa (patata, zanahoria, atún, huevo, pepinillos y mahonesa)	Calabacín relleno de atún gratinadas (atún, bechamel y queso)
	Mini empanadillas de atún Varitas de merluza	Huevos duros con tomate y queso gratinados	Filetes de jamón asado (ajo, harina, cebolla, zanahoria, carne de cerdo)	Bacalao en salsa vizcaína (harina, tomate, cebolla y pimiento)	Solomillo de cerdo en salsa de vino dulce	Costillas asadas a la coca cola
	Ensalada de tomate, queso fresco y aguacate	Salteado de champiñón y espárragos	Puré de patata	Salteado de verduras mediterráneo	Champiñón al ajillo	Patatas a lo pobre (patata, cebolla y pimiento)
	Fruta del tiempo	Fruta /Yogur	Fruta del tiempo	Fruta /Petit	Flan de huevo	Fruta
	Kcal 710 Prot 35,4 gr HCar 78,6 gr Lipid 26,6 gr Kcal 690 Prot 36,1 gr HCar 72,8 gr Lipid 25,5 gr	Kcal 700 Prot 35,8 g HCar 76,3 g Lipid 27,4 g	Kcal 703 Prot 34,1 g HCar 77,1 g Lipid 25,2 g	Kcal 701 Prot 34,1 g HCar 78,1 g Lipid 26,4 g	Kcal 699 Prot 32,2 HCar 74,5 Lipid 25,3	Kcal 701 Prot 36,6 HCar 79,8 Lipid 25,2
<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>
Raviolis rellenos de carne con salsa de tomate	Crema de calabaza con picatostes	Verduras asadas (calabacín, berenjena, pimiento, cebolla, espárrago verde, champiñón y patata)	Ensalada de arroz (tomate, huevo, atún, zanahoria surimi de pescado)	Paninis de barbacoa y 4 quesos	Sándwich mixto de jamón y queso (2)	Macarrones gratinados con tomate y queso
Boquerones a la andaluza	Lomo adobado a la plancha	Pollo al ajillo (ajo y vino blanco)	Tortilla francesa con salchichas	Patatas fritas	Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas	Filete de atún empanado
Patatas fritas	Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas	Patatas fritas	Salsa de tomate	Batido Refresco	Refresco Zumo de fruta y leche	Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas
Fruta	Fruta del tiempo	Natillas	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Mousse de chocolate	Fruta del tiempo
Kcal 701 Prot 34,5 HCar 77,2 Lipid 22,4	Kcal 702 Prot 34,5 HCar 78,3 Lipid 25,4	Kcal 704 Prot 34,5 HCar 74,3 Lipid 23,5	Kcal 698 Prot 34,5 HCar 77,2 Lipid 22,4	Kcal 701 Prot 32,9 HCar 75,5 Lipid 25,8	Kcal 695 Prot 32,2 HCar 72,5 Lipid 20,23	Kcal 701 Prot 36,6 HCar 79,8 Lipid 25,2
























































Nuestros menús incluyen pan blanco e integral y la bebida servida será agua.



LUNES Día 13	MARTES Día 14	MIÉRCOLES Día 15	JUEVES Día 16	VIERNES Día 17	SABADO Día 18	DOMINGO Día 19
<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>
Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Galletas	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Magdalenas	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Cereales	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Croissants	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Sobaos	Café con leche, Cola Cao, zumo y Churros	Café con leche, Cola Cao, zumo y Churros
<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>
Judías blancas con almejas (ajo, harina, cebolla, tomate, patata y zanahoria y almeja)	Arroz <b>INTEGRAL</b> al horno a la campesina (tomate, caldo de pollo, cebolla, ajo, pimiento y tacos de jamón) o Verduras asadas	Sopa de cocido (pasta)	Puré de verduras naturales (judías verdes, acelgas, patata, puerro, calabacín, calabaza y zanahoria)	Macarrones <b>INTEGRALES</b> a la napolitana (pasta, tomate, cebolla, orégano y albahaca) o Coliflor a la vinagreta	Ensalada mixta (lechuga, maíz, tomate, atún, espárragos, queso de cabra, zanahoria, aceitunas, huevo y pimiento asado)	Patatas rellenas de atún gratinadas (harina, leche, atún margarina y queso)
Tortilla española (huevo, patata y aceite de oliva)	Merluza a la romana (harina y huevo)	Cocido completo, Garbanzos, patata, chorizo, ternera, pollo, morcilla, tocino, ...	Jamoncitos de pollo asados a las finas hierbas (cebolla, tomillo y orégano)	Filete de bacaladilla al horno en salsa verde (harina, ajo, cebolla y perejil)	Pechuga villaroy (pollo, bechamel, huevo y pan rallado)	Carrilladas de cerdo en salsa
Tomate en tacos aliñados con AOVE, sal y orégano	Champiñón al ajillo	Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas	Patatas fritas	Ensalada de Lechuga, tomate, zanahoria, aceitunas y maíz	Patatas rizadas	Setas a la ajillo
Fruta del tiempo	Fruta del tiempo/Yogur	Fruta del tiempo/Yogur	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Fruta	Natillas
Kcal 699 Prot 31,9g HCar 73,6 g Lipid 26,8 g	Kcal 704 Prot 37,4 gr HCar 77,7 gr Lipid 25,5 gr	Kcal 770 Prot 35,8 gr HC 95,1 gr Lipid 29,4	Kcal 690 Prot 36,4 gr HCar 72,7gr Lipid 23,5	Kcal 701 Prot 34,1 g HCar 78,1 g Lipid 26,8 gr	Kca 703 Prot 31,2 HCa 72,1 Lip 23,8	Kcal 700 Prot 32,4 HCar 73,9 Lip 27,2
Kcal 693 Prot 38,1 gr HCar 72,8 gr Lipid 23,1 gr	Kcal 693 Prot 38,1 gr HCar 72,8 gr Lipid 23,1 gr			Kcal 688 Prot 35,6 g HCar 73,2 g Lipid 24,1 gr		
<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>
Ensalada de patata (tomate, huevo, atún y aceitunas)	Guisantes salteados con jamón y huevo	Espaguetis a la marinera	Arroz 3 delicias con salsa agridulce	Pizza de jamón y queso	Sándwich club (Jamón York, queso y huevo)	Arroz con tomate y atún
Filetes rusos en salsa	Pechuga de pollo natural empanada (huevo y pan rallado)	Bacalao al horno con salsa de tomate	Nuggets de pollo y mini empanadillas de atún	Patatas fritas	Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas	Mini flamenquines y varitas de merluza
Salteado de verduras	Patatas fritas	Patatas al vapor	Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas	Batido Refresco	Zumo de fruta y leche Fruta	Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas
Natillas	Fruta	Helado	Fruta	Fruta	Refresco	Fruta
Kcal 697 Prot 30,4 HCar 78,1 Lipi 23,5	Kcal 702 Prot 34,5 HCar 85,3 Lipid 25,4	Kcal 702 Prot 34,5 HCar 85,3 Lipid 25,4	Kcal 704 Prot 34,5 HCar 78,2 Lipid 26,4	Kcal 703 Prot 31,8 HCar 73,1 Lipid 22,1	Kcal 712 Prot 26,9 HCa 78,4 Lipid 26,8	Kcal 703 Prot 25,9 HCar 78,4 Lipid 26,5

Nuestros menús incluyen pan blanco e integral y la bebida servida será agua.



LUNES Día 20	MARTES Día 21	MIÉRCOLES Día 22	JUEVES Día 23	VIERNES Día 24	SABADO Día 25	DOMINGO Día 26
<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>
Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada <b>Galletas</b>	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada <b>Magdalenas</b>	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada <b>Cereales</b>	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada <b>Croissants</b>	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada <b>Sobaos</b>	Café con leche, Cola Cao, zumo y Churros	Café con leche, Cola Cao, zumo y Churros
<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>
Crema de boniato con picatostes (boniato, patata, zanahoria y caldo de verduras)	Arroz 3 delicias (zanahoria, huevo, gamba y guisante)   o Acelgas con ajitos y patata	Ensalada de garbanzos y quinoa (quinoa, tomate, atún, zanahoria, surimi de pescado y huevo)  	Guisantes salteados con cebollita, huevo y taquitos de jamón 	Espaguetis boloñesa (carne de ternera, pasta, cebolla y tomate)  o Ensalada mixta  	Ñoquis rellenos de queso con salsa napolitana 	Ensalada completa   
Chuleta de Sajonia al horno	Boquerones a la andaluza (harina)  	Pechuga de pollo plancha con salsa de tomate casera (tomate, ajo, cebolla y orégano)	Albóndigas en salsa (carne de cerdo, tomate, harina, ajo, cebolla, pimiento y zanahoria) 	Palometa a la portuguesa (harina, cebolla, pimiento y caldo de verdura)   	Guiso de venado	Canelones a la italiana    
Lechuga, mango, piquillo y zanahoria	Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas	Calabacín rebocado (harina y huevo)  	Patatas fritas 	Salteado de verduras	Patatas fritas 	Canelones a la italiana
Fruta / Gelatina sin azúcar	Fruta del tiempo	Fruta /Petit 	Fruta del tiempo	Fruta /Yogur 	Fruta	Flan de huevo  
Kcal Prot HCar Lipid 703 30,9 g 73,9 gr 24,8 g	Kcal Prot HCar Lipid 703 30,9 g 73,9 g 24,8 g  Kcal Prot HCar Lipid 690 33,1 g 70,9 g 21,5 g	Kcal Prot HCar Lipid 708 31,9 gr 75,4 gr 24,8 gr	Kcal Prot HCar Lipid 700 33,9gr 72,9 g 25,8 g	Kcal Prot HCar Lipid 702 31,9 g 75,8 g 25,6 g  Kcal Prot HCar Lipid 694 35,8 g 72,9 24,6 g	Kca Prot HCar Lipid 700 32,4 73,9 23,8	Kcal Prot HC Lip 708 32,9 76,9 27,1
<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>
Coliflor gratinada (queso y bechamel)  	Ensalada de pollo (Huevo, pollo, zanahoria, manzana y salsa rosa) 	Tortiglioni a la carbonara  	Arroz a la milanesa (queso, ajo, cebolla, jamón, guisante) 	Hamburguesa de pollo crispy (pan, pollo, cereales, tomate, lechuga, queso y salsa de miel y mostaza)   	Kebab turco (2) (lechuga, carne de pollo, tomate, maíz, cebolla y salsa de yogur)  	Revuelto de gulas, patata, y espárragos verdes  
Pollo asado en su jugo (cebolla y vino) 	Tortilla francesa con atún	Filete de tilapia a la romana	Croquetas de jamón   y rabas de calamar 	Patatas fritas 	Patatas fritas 	Cordon bleu de pavo  
Patatas panadera	Salsa de tomate	Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas	Ensalada Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas	Natillas 	Fruta	Ensalada de Lechuga, tomate, zanahoria, aceitunas y maíz
Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta	Zumo Refresco	Batido leche  	Fruta
Kcal Prot HCar Lipid 702 34,5 85,3 25,4	Kcal Prot HCar Lipid 702 34,5 85,3 25,4	Kcal Prot HCar Lipid 702 34,5 85,3 25,4	Kcal Prot HCar Lipid 698 34,5 77,2 22,4	Kcal Prot HCar Lipid 701 32,2 69,5 20,3	Kcal Prot HCar Lipid 712 26,9 78,4 26,8	Kcal Pro HC Lipid 703 25,9 78,4 26,5

Nuestros menús incluyen pan blanco e integral y la bebida servida será agua.



LUNES Día 27	MARTES Día 28	MIÉRCOLES Día 29	JUEVES Día 30																																																			
<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>	<b>DESAYUNO</b>																																																			
Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Galletas	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Magdalenas	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Cereales	Café con leche o leche con cacao, zumo, tostadas con aceite de oliva y tomate o mantequilla y mermelada Croissants																																																			
<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>	<b>COMIDA</b>																																																			
<p>Pastel de patata y carne gratinado (patata, tomate, cebolla, queso y ternera) 🍷</p> <p>o</p> <p>Ensalada de judías verdes Escalope de lomo de cerdo (carne de cerdo, huevo y pan) 🍷</p> <p>Ensalada de tomate, maíz, y zanahoria</p> <p>Fruta del tiempo/Yogur 🍷</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>Prot</th> <th>HCar</th> <th>Lipid</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>710</td> <td>33.8 gr</td> <td>78.1 gr</td> <td>27.1 g</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>Prot</th> <th>HCar</th> <th>Lipid</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>693</td> <td>35.9 gr</td> <td>75.8 gr</td> <td>23.4 g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	710	33.8 gr	78.1 gr	27.1 g	Kcal	Prot	HCar	Lipid	693	35.9 gr	75.8 gr	23.4 g	<p>Lentejas caseras (ajo, patata, zanahoria, harina, cebolla, tomate y carne de cerdo) 🍷</p> <p>o</p> <p>Skipper de bacalao (harina) 🍷🍷</p> <p>Ensalada de tomate, maíz, huevo y zanahoria 🍷</p> <p>Fruta del tiempo</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>Prot</th> <th>HCar</th> <th>Lipid</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>702</td> <td>35.8 gr</td> <td>75.1 gr</td> <td>27.4 gr</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	702	35.8 gr	75.1 gr	27.4 gr	<p>Crema de brócoli y coliflor (brócoli, coliflor, puerro y patata)</p> <p>Taquitos de pavo guisados (harina, cebolla, ajo y zanahoria) 🍷</p> <p>Cuscús (sémola de trigo y caldo de verduras) 🍷🍷</p> <p>Fruta del tiempo/Yogur 🍷</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>Prot</th> <th>HCar</th> <th>Lipid</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>698</td> <td>32.9</td> <td>76.9 gr</td> <td>24.8 g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	698	32.9	76.9 gr	24.8 g	<p>Fusilli gratinados con salsa de tomate y queso 🍷🍷</p> <p>o</p> <p>Verduras asadas</p> <p>Tortilla a la francesa 🍷</p> <p>Ensalada de escarola, maíz y zanahoria</p> <p>Fruta del tiempo</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>Prot</th> <th>HCar</th> <th>Lipid</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>700</td> <td>35.8 gr</td> <td>75.1 gr</td> <td>26.9 gr</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>Prot</th> <th>HCar</th> <th>Lipid</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>691</td> <td>37.1 gr</td> <td>72.3 g</td> <td>23.6 gr</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	700	35.8 gr	75.1 gr	26.9 gr	Kcal	Prot	HCar	Lipid	691	37.1 gr	72.3 g	23.6 gr			
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																																			
710	33.8 gr	78.1 gr	27.1 g																																																			
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																																			
693	35.9 gr	75.8 gr	23.4 g																																																			
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																																			
702	35.8 gr	75.1 gr	27.4 gr																																																			
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																																			
698	32.9	76.9 gr	24.8 g																																																			
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																																			
700	35.8 gr	75.1 gr	26.9 gr																																																			
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																																			
691	37.1 gr	72.3 g	23.6 gr																																																			
<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>	<b>CENA</b>																																																			
<p>Ensalada de pimientos asados (tomate, huevo, maíz, aceitunas negras y cebolla) 🍷</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas</p> <p>Patatas fritas 🍷</p> <p>Yogur 🍷</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>Prot</th> <th>HCar</th> <th>Lipid</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>705</td> <td>32.9g</td> <td>77.6 g</td> <td>25.9 g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	705	32.9g	77.6 g	25.9 g	<p>Arroz blanco con salsa de tomate y atún 🍷</p> <p>Tortilla española 🍷</p> <p>Ensalada de escarola, maíz, tomate y aguacate</p> <p>Fruta</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>Prot</th> <th>HCar</th> <th>Lipid</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>706</td> <td>35.4g</td> <td>77.7 g</td> <td>25.5 g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	706	35.4g	77.7 g	25.5 g	<p>Coditos con salsa de quesos (pasta, nata y queso) 🍷🍷</p> <p>Merluza a la romana 🍷🍷</p> <p>Ensalada de Lechuga, maíz, tomate, zanahoria y aceitunas</p> <p>Fruta</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>Prot</th> <th>HCar</th> <th>Lipid</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>694</td> <td>38.4 g</td> <td>77.7 g</td> <td>25.5 g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	694	38.4 g	77.7 g	25.5 g	<p>Menestra de verduras (judías alcañofa, guisante, champiñón, zanahoria y espárrago)</p> <p>Chuletas a la plancha (Carne de cerdo)</p> <p>Patatas fritas panadera 🍷</p> <p>Yogur 🍷</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>Prot</th> <th>HCar</th> <th>Lipid</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>770</td> <td>35.8 g</td> <td>95.1 g</td> <td>29.4 g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	Prot	HCar	Lipid	770	35.8 g	95.1 g	29.4 g																			
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																																			
705	32.9g	77.6 g	25.9 g																																																			
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																																			
706	35.4g	77.7 g	25.5 g																																																			
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																																			
694	38.4 g	77.7 g	25.5 g																																																			
Kcal	Prot	HCar	Lipid																																																			
770	35.8 g	95.1 g	29.4 g																																																			

Nuestros menús incluyen pan blanco e integral y la bebida servida será agua.

