

3

Espaguetis aglio-olio
Albóndigas con verduras

Pan blanco y Fruta fresca
781,1Kcal - Prot:27,0g - Lip:33,7g - HC:89,3g AGS:1,2g -
Azúcares:18,5g - Sal:1,2g

10

Macarrones napolitana
Bacalao rebozado
Ensalada de lechuga y maíz

Pan blanco y Fruta fresca
625,1Kcal - Prot:23,7g - Lip:10,0g - HC:104,7g AGS:1,4g -
Azúcares:29,2g - Sal:1,4g

17

Brócoli al ajillo
Lomo de cerdo a la española
Patatas fritas

Pan blanco y Fruta fresca
654,8Kcal - Prot:30,7g - Lip:23,8g - HC:108,8g AGS:5,6g -
Azúcares:23,4g - Sal:1,9g

24

Sopa de picadillo
Hamburguesa de ternera a la plancha
Puré de patata

Pan blanco y Fruta fresca
789,1Kcal - Prot:32,4g - Lip:37,3g - HC:117,9g AGS:1,0g -
Azúcares:17,8g - Sal:2,6g

31

NO LECTIVO

4

Lentejas con patatas
Croquetas de jamón
Ensalada de lechuga y zanahoria

Pan blanco y Fruta fresca
500,6Kcal - Prot:26,5g - Lip:11,4g - HC:68,0g AGS:1,6g -
Azúcares:19,1g - Sal:1,7g

11

Crema parmentiere
Contramuslo de pollo asado en su jugo
Ensalada de lechuga y remolacha

Pan blanco y Fruta fresca
618,6Kcal - Prot:26,3g - Lip:18,7g - HC:84,2g AGS:3,8g -
Azúcares:16,7g - Sal:2,1g

18

Arroz salteado con champiñones y pavo
Revuelto de queso
Ensalada de lechuga y maíz

Pan blanco y Fruta fresca
742,1Kcal - Prot:34,1g - Lip:20,8g - HC:105,3g AGS:4,9g -
Azúcares:20,3g - Sal:2,1g

25

Alubias pintas con arroz
Caballa en salsa de tomate
Ensalada de lechuga y tomate

Pan blanco y Fruta fresca
616,5Kcal - Prot:31,0g - Lip:20,6g - HC:113,4g AGS:4,1g -
Azúcares:23,3g - Sal:1,9g

5

Judías verdes salteadas con bacón
Revuelto de queso
Patatas dado

Pan blanco y Yogur sabor
659,9Kcal - Prot:28,3g - Lip:35,7g - HC:52,3g AGS:13,0g -
Azúcares:12,2g - Sal:2,5g

12

FESTIVO

19

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
—

Pan blanco y Natillas
624,4Kcal - Prot:27,0g - Lip:15,1g - HC:88,5g AGS:4,2g -
Azúcares:20,7g - Sal:1,4g

26

Crema de acelgas, puerro y zanahoria
Jamoncitos de pollo asados a las finas
hierbas
Patatas panadera al horno

Pan blanco y Yogur sabor
549,1Kcal - Prot:25,9g - Lip:11,3g - HC:117,6g AGS:1,5g -
Azúcares:21,1g - Sal:1,8g

6

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
—

Pan blanco y Fruta fresca
624,4Kcal - Prot:27,0g - Lip:15,1g - HC:88,5g AGS:4,2g -
Azúcares:20,7g - Sal:1,4g

13

Sopa de lluvia
Estofado de ternera a la jardinera con
zanahorias

Pan blanco y Fruta fresca
650,2Kcal - Prot:33,6g - Lip:16,8g - HC:86,7g AGS:4,6g -
Azúcares:20,4g - Sal:2,6g

20

Crema de verduras y hortalizas
Canelones de carne con bechamel
gratinados
—

Pan blanco y Fruta fresca
659,5Kcal - Prot:30,1g - Lip:23,9g - HC:108,7g AGS:5,6g -
Azúcares:17,8g - Sal:2,5g

27

Coditos al pesto
Tortilla de patata y calabacín
Ensalada de lechuga y zanahoria

Pan blanco y Fruta fresca
698,9Kcal - Prot:25,4g - Lip:29,8g - HC:119,3g AGS:1,8g -
Azúcares:19,6g - Sal:2,7g

7

Arroz con salsa de tomate
Merluza a la bilbaína
Ensalada de lechuga y tomate

Pan blanco y Yogur sabor
601,9Kcal - Prot:24,6g - Lip:14,8g - HC:90,1g AGS:2,0g -
Azúcares:19,3g - Sal:1,8g

14

Potaje de garbanzos con espinacas
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y tomate

Pan blanco y Yogur sabor
773,2Kcal - Prot:39,5g - Lip:34,5g - HC:71,5g AGS:12,0g -
Azúcares:23,8g - Sal:2,8g

21

Lentejas con calabaza
Limanda a la andaluza
Ensalada de lechuga y zanahoria

Pan blanco y Yogur sabor
597,4Kcal - Prot:21,0g - Lip:19,4g - HC:108,4g AGS:4,1g -
Azúcares:18,4g - Sal:2,5g

28

Arroz con verduras
Merluza al gratén
Ensalada de lechuga y maíz

Pan blanco y Yogur sabor
710,2Kcal - Prot:18,9g - Lip:21,4g - HC:108,5g AGS:6,4g -
Azúcares:25,7g - Sal:4,4g