

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Vacaciones de verano	Vacaciones de verano	Vacaciones de verano	Vacaciones de verano	Vacaciones de verano
08	09	10	11	12
Arroz con salsa de tomate casera	Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas	Coditos gratinados con queso	Guiso de lentejas con zanahoria	Crema de verduras y hortalizas
San jacobó	Pollo con verduras al wok	Merluza en salsa verde con guisantes	Revuelto de huevo y atún	Ragout de ternera
Ensalada de lechuga y col	-		Ensalada de lechuga y tomate fresco	Patatas fritas
Fruta fresca y pan	Yogur y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogur y pan
Kcal: 670,991 prot (g): 11,441 lip (g): 24,992 hc (g): 96,115	Kcal: 591,155 prot (g): 31,579 lip (g): 20,413 hc (g): 67,507	Kcal: 496,905 prot (g): 25,289 lip (g): 11,253 hc (g): 70,293	Kcal: 588,054 prot (g): 30,479 lip (g): 25,922 hc (g): 53,938	Kcal: 749,05 prot (g): 29,043 lip (g): 38,003 hc (g): 69,306
15	16	17	18	19
Judías verdes al ajillo	Tallarines a la carbonara	Crema de boniato, calabaza y puerro	Guiso de alubias blancas con verduras	Arroz tres delicias con pavo
Lomo de sajonia a la plancha	Salmón al horno con eneldo	Contramuslo de pollo al ajillo	Caballa en salsa de tomate	Tortilla de atún
Arroz blanco	Calabacín salteado	Ensalada de lechuga y tomate fresco	Ensalada de lechuga y aceitunas	Ensalada de lechuga y maíz dulce
Fruta fresca y pan	Yogur o helado y pan	Yogur o helado y pan	Yogur y pan	Fruta fresca y pan
Kcal: 416,526 prot (g): 18,917 lip (g): 10,976 hc (g): 57,366	Kcal: 742,997 prot (g): 32,199 lip (g): 33,004 hc (g): 77,703	Kcal: 588,97 prot (g): 26,151 lip (g): 25,385 hc (g): 61,767	Kcal: 649,176 prot (g): 33,854 lip (g): 25,988 hc (g): 63,466	Kcal: 669,988 prot (g): 28,04 lip (g): 26,818 hc (g): 77,419
22	23	24	25	26
Macarrones napolitana	Garbanzos salteados con pavo	Paella mixta de marisco y magro	Guiso de lentejas con verduras	Crema de zanahoria
Albóndigas en salsa suave con champiñones	Tortilla de patata y cebolla	Lenguadina al horno con salsa de limón	Cinta de lomo fresca a la plancha	Jamoncitos de pollo horneados con romero
-	Tomate fresco aliñado con orégano	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada	Lechuga y remolacha	Patatas al ajo cabañil
Fruta fresca y pan	Yogur y pan	Fruta fresca y pan	Yogur y pan	Fruta fresca y pan
Kcal: 733,729 prot (g): 25,984 lip (g): 35,559 hc (g): 74,445	Kcal: 634,535 prot (g): 26,43 lip (g): 23,027 hc (g): 74,396	Kcal: 522,627 prot (g): 22,948 lip (g): 12,364 hc (g): 77,857	Kcal: 579,779 prot (g): 37,842 lip (g): 18,81 hc (g): 61,521	Kcal: 585,813 prot (g): 29,105 lip (g): 23,274 hc (g): 61,003
29	30	01	02	03
Arroz tres delicias	Sopa de estrellas con caldo casero			
Empanadillas de atún/buñuelos de bacalao	Hamburguesa de ternera a la plancha			
Lechuga y zanahoria	Patatas fritas			
Fruta fresca y pan	Natillas y pan			
Kcal: 562,812 prot (g): 16,984 lip (g): 17,277 hc (g): 84,311	Kcal: 775,042 prot (g): 24,887 lip (g): 38,577 hc (g): 79,724			