

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5  FESTIVO	6 Crema de Coliflor Albóndigas de Pollo en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	7 Arroz Tres Delicias Merluza a la Bilbaína Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	8 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada	9 Espinacas Gratinadas Spaguetti Aglio e Tonno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
12 Judías Verdes Rehogadas Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	13 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	14 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Verduras Asadas Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	15 Garbanzos Viudos Lacón a la Gallega Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	16 Coditos Napolitana Abadejo al Ajillo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
19 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	20 Lentejas con Chorizo Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	21 Macarrones con Atún Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	22 Guisantes a la Sevillana Rotti de Pavo al Horno Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada	23 Arroz a Banda Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
26 Coditos con Chorizo Tortilla Francesa Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	27 Alubias Blancas Campesinas Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada	28 Paella de Verduras y Marisco Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	29 Menestra de Verduras al Pimentón Marmitako de Salmón Pan y Agua Fruta de Temporada	30 Lentejas Castellanas Carcamusas Toledanas Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Kcal: 611 Lip: 26,72 Prot: 34,86 HC: 59,84 Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	Kcal: 683 Lip: 27,28 Prot: 27,17 HC: 85,66 Cena: Verdura + Carne + Fruta	Kcal: 754 Lip: 27,92 Prot: 30,13 HC: 98,65 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Kcal: 583 Lip: 18,94 Prot: 32,22 HC: 73,84 Cena: Patata + Pescado + Fruta	Kcal: 740 Lip: 21,16 Prot: 30,49 HC: 87,15 Cena: Verdura + Ave + Fruta
Kcal: 610 Lip: 19,10 Prot: 38,59 HC: 71,22 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Kcal: 735 Lip: 26,04 Prot: 41,67 HC: 86,25 Cena: Patata + Carne + Fruta	Kcal: 756 Lip: 30,98 Prot: 26,28 HC: 93,58 Cena: Verdura + Ave + Lácteo	Kcal: 537 Lip: 20,24 Prot: 31,35 HC: 57,16 Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Kcal: 875 Lip: 31,30 Prot: 22,34 HC: 129,44 Cena: Arroz + Huevo + Fruta
Kcal: 763 Lip: 29,15 Prot: 21,12 HC: 85,48 Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Kcal: 665 Lip: 19,21 Prot: 40,67 HC: 84,09 Cena: Arroz + Huevo + Fruta	Kcal: 712 Lip: 20,62 Prot: 36,73 HC: 90,54 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Kcal: 563 Lip: 16,98 Prot: 22,23 HC: 80,41 Cena: Verdura + Carne + Fruta	Kcal: 787 Lip: 22,38 Prot: 53,34 HC: 96,01 Cena: Patata + Pescado + Fruta

mediterránea