



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Festivo	2 Festivo	3 Festivo	4 Festivo
7  Macarrones integrales con tomate Ensalada mixta Croquetas de jamón Lechuga Fruta de temporada Pan integral Kcal. 913 h.c. 121,6 lip. 36,0 p. 21,8	8 Lentejas a la castellana Espinacas con refrito Tortilla campera Ensalada de tomate Fruta de temporada Pan Kcal. 830 h.c. 94,9 lip. 32,9 p. 34,3	9   Sopa de pescado Borrajás con patata Pechuga de pollo en salsa de champiñones Yogur Pan integral Kcal. 549 h.c. 57,1 lip. 18,8 p. 39,1	10   Ensalada con patatas, atún y huevo Coliflor con patatas Arroz integral con tomate Fruta de temporada Pan Kcal. 724 h.c. 109,4 lip. 21,8 p. 22,4	11 Alubias blancas Menestra de verduras Abadejo al horno Limón Fruta de temporada Pan Kcal. 690 h.c. 77,2 lip. 19,5 p. 44,5
14  Crema de calabaza y queso Coles de brúselas con patatas Filete ruso de ternera en salsa Verdúritas Fruta de temporada Pan integral Kcal. 498 h.c. 51,2 lip. 19,9 p. 29,5	15  Espirales con tomate Guisantes a la francesa Merluza al horno Lechuga Yogur natural Pan Kcal. 708 h.c. 89,0 lip. 25,2 p. 30,4	16  Paella vegetal Judías verdes con patatas Tortilla de patatas al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan integral Kcal. 775 h.c. 109,1 lip. 28,0 p. 21,0	17 Sopa de cocido con estrellas Brócoli con patatas Palometa en salsa de pimiento Fruta de temporada Pan Kcal. 428 h.c. 55,1 lip. 8,9 p. 32,2	18  Patatas a la Riojana Acelga con patata Ensalada de garbanzos Fruta de temporada Pan Kcal. 589 h.c. 93,6 lip. 12,8 p. 22,5
21  Puré de calabacín Pisto Albóndigas en salsa Fruta de temporada Pan integral Kcal. 572 h.c. 67,7 lip. 24,6 p. 16,9	22 Alubias blancas Coliflor con patatas Lomo adobado a la plancha Ensalada cuatro estaciones Fruta de temporada Pan Kcal. 654 h.c. 77,1 lip. 16,0 p. 42,9	23    Arroz integral con tomate Ensalada mixta Escalope de pollo con salsa agri dulce y verdúritas asiáticas Yogur Pan integral Kcal. 847 h.c. 126,2 lip. 19,4 p. 42,7	24 Guisante con patata Alcachofas refritas con jamón Huevos gratinados Fruta de temporada Pan Kcal. 621 h.c. 68,4 lip. 26,4 p. 25,8	25  Macarrones integrales con tomate Porrusalda Bacalao con emulsión de calabaza Lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 711 h.c. 95,1 lip. 21,6 p. 31,6
28  Judías verdes con patatas Borrajás con patata Alitas de pollo al ajillo Ensalada cuatro estaciones Fruta de temporada Pan integral Kcal. 644 h.c. 59,6 lip. 29,0 p. 33,7	29 Tallarines con tomate Ensalada de tomate Tortilla de patatas Lechuga Fruta de temporada Pan Kcal. 1054 h.c. 128,0 lip. 44,7 p. 33,0	30     Crema de legumbre ecológica Acelga con patata Arroz tres delicias Yogur natural Pan integral Kcal. 1117 h.c. 169,1 lip. 25,4 p. 45,4		