



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>1.ª SEMANA</b>					8
					<b>Espaguetis con tomate y queso</b> <b>Escalope de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria</b> <b>Fruta</b> Kcal: 646   P: 33.9 g   H: 65.2 g   G: 26.4 g
<b>2.ª SEMANA</b>	11	12	13	14	15
	<b>Crema de calabaza</b> <b>Filete de pavo con ensalada</b> <b>Fruta</b> Kcal: 620   P: 26.2 g   H: 65.4 g   G: 25.5g	<b>DÍA NO LECTIVO</b>	<b>Sopa maravilla</b> <b>Filete ruso con cuscus</b> <b>Fruta</b> Kcal: 580   P: 26.2 g   H: 73.8g   G: 18,4g	<b>Arroz blanco con tomate</b> <b>Huevos con salchichas con ensalada de lechuga y zanahoria</b> <b>Fruta</b> Kcal: 697   P: 21.4g   H: 75.9g   G: 33.3 g	<b>Lentejas caseras</b> <b>Cazón al horno con patatas</b> <b>Yogur</b> Kcal: 641   P: 34.1g   H: 75.8 g   G: 19.3 g
<b>3.ª SEMANA</b>	18	19	20	21	22
	<b>Espaguetis a la napolitana</b> <b>Ternera guisada con calabacín gratinado</b> <b>Fruta</b> Kcal: 601   P: 31g   H: 55.2 g   G: 20g	<b>Judías blancas guisadas</b> <b>Croquetas caseras con ensalada mixta</b> <b>Fruta en almíbar</b> Kcal: 692   P: 25.5 g   H: 78.6 g   G: 27 g	<b>Sopa de fideos</b> <b>Lomo de salmón al horno con patatas dado</b> <b>Fruta</b> Kcal: 661   P: 29.7 g   H: 79 g   G: 28.4 g	<b>Paella</b> (calamares, mejillones, pollo, chirlas, gambas, pimiento, guisantes) <b>Fiambre de pavo y queso con ensalada de lechuga y tomate</b> <b>Helado</b> Kcal: 610   P: 29.6 g   H: 61.1 g   G: 26.6 g	<b>Crema de verduras naturales</b> (Apio, puerro, nabo, zanahorias, acelgas, repollo y patatas) <b>Pollo asado con patatas asadas</b> <b>Fruta</b> Kcal: 672   P: 28.3 g   H: 73.1 g   G: 27.2 g
<b>4.ª SEMANA</b>	25	26	27	28	29
	<b>Coditos con tomate y bacon</b> <b>Pollo en salsa con panaché de verduras</b> <b>Fruta</b> Kcal: 698   P: 27.1 g   H: 79.9 g   G: 28.5g	<b>Patatas a la marinera</b> <b>Filete de ternera con ensalada mixta</b> <b>Fruta</b> Kcal: 609   P: 28,3 g   H: 60.1 g   G: 26,7g	<b>Sopa del cocido</b> <b>Cocido completo</b> (garbanzos, chorizo, ternera, pollo, codillo, tocino y patatas) <b>Fruta</b> Kcal: 603   P: 35.5 g   H: 69.6 g   G: 16.9g	<b>Crema de verduras</b> <b>Cinta de lomo adobada ensalada de lechuga, tomate y cebolla</b> <b>Yogur</b> Kcal: 612   P: 31.7 g   H: 59.2g   G: 26 g	<b>Lentejas estofadas</b> <b>Merluza al horno con patatas</b> <b>Fruta</b> Kcal: 693   P: 30.6   H: 98.8g   G: 15.5 g

Los menús se sirven acompañados de pan y agua, así como de un vaso de leche opcional, sola o con cacao y/o azúcar.

Personal propio, especializado y experimentado, elabora los menús íntegramente en nuestras instalaciones utilizando productos de primera calidad.