

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



03

Coditos con tomate y atún
Merluza al horno con ensalada
Fruta

637 Kcal./ P:28,2g / H:80,8g
G:20,1g /A.G.S.:3,6g

04

Sopa de estrellas
Ternera en salsa jardinera con
cuscús

Fruta
627 Kcal./ P:28,4g / H:96,9g
G:11,8g /A.G.S.:3,3g

05

Puré de la huerta
*(Apio, puerro, nabo, zanahorias, acelgas,
repollo y patatas)*
Pollo asado con patatas panadera

Fruta
667 Kcal./ P:28,2g / H:76g
G:23,5g /A.G.S.:6,4g

06

Arroz tres delicias
Chuleta de sajonia con ensalada
Fruta

792 Kcal./ P:29,4g / H:70,7g
G:42,6g /A.G.S.:12g

07

Judías blancas estofadas
Pesquitos con ensalada mixta
Yogur

710 Kcal./ P:33,1g / H:67,5g
G:30,7g /A.G.S.:6g

10

Espirales con bacon
Salmón al horno con ensalada
Fruta

726 Kcal./ P:33,1g / H:80,6g
G:28,1g /A.G.S.:4,5g

11

Paella valenciana
*(calamares, mejillones, pollo, chirlas, gambas,
pimiento, guisantes)*
Pavo frío y queso con ensalada de
lechuga y zanahoria
Fruta

640 Kcal./ P:29,1g / H:74,6g
G:23,4g /A.G.S.:7,7g

12

Sopa maravilla
(con huevo cocido y picadillo de jamón)
Albóndigas de ternera en salsa con
patatas
Fruta

726 Kcal./ P:29g / H:80,8g
G:29,7g /A.G.S.:7,5g

13

Lentejas
(cebolla, zanahorias, tocino, chorizo, codillo)
Filete de mero rebozado con
ensalada variada
Yogur

807 Kcal./ P:47,3g / H:67,8g
G:35,7g /A.G.S.:8,6g

14

Judías verdes rehogadas
Contramuslo de pollo al horno con
patatas
Fruta

629 Kcal./ P:27,7g / H:67,9g
G:24,6g /A.G.S.:4,5g

17

Macarrones a la carbonara
Bacalao al horno con ensalada
mixta
Fruta

617 Kcal./ P:28,5g / H:71,3g
G:22,5g /A.G.S.:4,8g

18

Patatas a la marinera
Salchichas frescas con pisto
Fruta

621 Kcal./ P:27,2g / H:77,2g
G:20,3g /A.G.S.:2,8g

19

Sopa del cocido
Cocido completo
*(Garbanzos, chorizo, ternera, pollo, codillo,
tocino y patatas)*
Fruta

614 Kcal./ P:35,7g / H:73,5g
G:16,2g /A.G.S.:5,5g

20

Crema de verduras naturales
*(Apio, puerro, nabo, zanahorias, acelgas,
repollo y patatas)*
Estofado de pavo con patatas
Fruta

637 Kcal./ P:32,6g / H:66,5g
G:24,1g /A.G.S.:6,4g

21

Arroz con magro
Merluza a la romana con ensalada
Yogur

768 Kcal./ P:39,2g / H:74,8g
G:33,1g /A.G.S.:7,5g

24

Sopa de fideos
Lasaña
Fruta

651 Kcal./ P:27,3g / H:74,1g:
G: 25,5g /A.G.S.:8,1g

25

Crema de calabaza y zanahoria
Jamoncitos de pollo asados con
patata panadera
Fruta

657 Kcal./ P:25,9g / H:77,4g
G:24,4g /A.G.S.:4,5g

26

Espaguetis gratinados
Mero al limón con ensalada
Yogur

753 Kcal./ P:39,1g / H:78,4g
G:30g /A.G.S.:7,2g

27

Lentejas guisadas
San Jacobo con ensalada mixta
Fruta

832 Kcal./ P:39,6g / H:69,3g
G:41,1g /A.G.S.:10,6g

28

NO LECTIVO