

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

29

Crema de calabaza y zanahoria asada
Pollo asado estilo barbacoa
(Lechuga y tomate)
Pan blanco
Fruta fresca

484,5Kcal - Prot:24,4g - Lip:19,9g - HC:48,6g
AGS:4,1g - Azúcares:21,7g - Sal:2,0g

6

Crema de hortalizas
Salchichas frescas en salsa española
(Puré de patata)
Pan blanco
Fruta fresca

733,0Kcal - Prot:26,3g - Lip:31,1g - HC:81,6g AGS:8,7g
- Azúcares:23,6g - Sal:4,3g

13

Sopa de pescado con pasta
Magro de cerdo a la riojana
(Zanahoria baby al vapor)
Pan blanco
Fruta fresca

581,5Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,4g - HC:64,6g
AGS:4,5g - Azúcares:25,4g - Sal:2,0g

20

Patatas estofadas con verduras
Tortilla francesa
(Lechuga y tomate)
Pan blanco
Fruta fresca

480,9Kcal - Prot:19,4g - Lip:16,3g - HC:64,0g
AGS:3,2g - Azúcares:18,6g - Sal:1,7g

27

Arroz con verduras
Bacalao rebozado al ajillo
(Lechuga y zanahoria)
Pan blanco
Fruta fresca

646,2Kcal - Prot:19,9g - Lip:20,9g - HC:91,6g
AGS:3,3g - Azúcares:17,3g - Sal:1,2g

30

Macarrones Bella aurora
Salmón al horno con ajo y perejil
(Lechuga y maíz)
Pan integral
Fruta fresca

641,9Kcal - Prot:28,3g - Lip:23,4g - HC:75,6g
AGS:3,4g - Azúcares:17,3g - Sal:1,5g

7

Sopa de picadillo
Flamenquines de pollo
(Tomate aliñado)
Pan integral
Fruta fresca

545,8Kcal - Prot:18,3g - Lip:18,4g - HC:72,2g
AGS:1,9g - Azúcares:21,0g - Sal:7,3g

14

Arroz con pollo al curry
Gallo a la andaluza
(Lechuga y aceitunas)
Pan integral
Fruta fresca

587,5Kcal - Prot:24,7g - Lip:19,2g - HC:76,0g
AGS:3,2g - Azúcares:15,0g - Sal:2,1g

21

Lentejas con verduras
Merluza en salsa verde
(Guisantes salteados con
cebolla)
Pan integral
Fruta fresca

537,0Kcal - Prot:25,7g - Lip:12,2g - HC:74,7g
AGS:2,1g - Azúcares:20,7g - Sal:1,6g

28

Garbanzos con verduras
Jamoncitos de pollo a la crema
(Patatas fritas)
Pan integral
Fruta fresca

782,2Kcal - Prot:38,7g - Lip:32,3g - HC:76,9g
AGS:7,3g - Azúcares:19,4g - Sal:1,7g

1

Sopa de estrellitas
Magro de cerdo en salsa aromática
(Patatas fritas)
Pan blanco
Fruta fresca

596,8Kcal - Prot:27,6g - Lip:21,0g - HC:70,5g
AGS:5,2g - Azúcares:17,2g - Sal:2,4g

8

Arroz con tomate
Filete de pollo al ajillo
(Lechuga y maíz)
Pan blanco
Fruta fresca

608,2Kcal - Prot:26,3g - Lip:19,9g - HC:78,4g
AGS:4,3g - Azúcares:15,9g - Sal:1,6g

15

Garbanzos guisados con calabaza
Revuelto de bacon
(Tomate aliñado)
Pan blanco
Fruta fresca

645,8Kcal - Prot:28,6g - Lip:30,5g - HC:58,6g
AGS:7,6g - Azúcares:17,3g - Sal:2,8g

22

Arroz a banda
Cinta de lomo a la plancha
(Lechuga y tomate)
Pan blanco
Fruta fresca

595,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:19,6g - HC:74,3g
AGS:4,7g - Azúcares:14,2g - Sal:2,0g

29

Crema de verduras y hortalizas
Revuelto de jamón york con patatas
(Lechuga y tomate)
Pan blanco
Fruta fresca

518,7Kcal - Prot:22,2g - Lip:22,2g - HC:54,0g
AGS:4,7g - Azúcares:18,8g - Sal:1,9g

2

Garbanzos con patatas y calabaza
Abadejo a la andaluza
(Lechuga y zanahoria)
Pan blanco
Fruta fresca

650,3Kcal - Prot:29,8g - Lip:29,0g - HC:60,2g
AGS:6,9g - Azúcares:16,5g - Sal:2,2g

9

Lentejas con verduras
Tortilla de patata y calabacín
(lechuga y zanahoria)
Pan blanco
Fruta fresca

561,7Kcal - Prot:19,5g - Lip:18,5g - HC:72,0g
AGS:3,0g - Azúcares:18,3g - Sal:1,2g

16



DÍA DEL CELIACO

Arroz con tomate
Pollo en salsa
(Zanahoria salteada)
Pan sin gluten
Fruta fresca

23

Crema de calabacín
Pollo asado en su jugo
(Patatas dado)
Pan blanco
Fruta fresca

538,5Kcal - Prot:25,2g - Lip:22,7g - HC:55,1g
AGS:4,5g - Azúcares:16,9g - Sal:1,5g



**CELEBRACIÓN DE MARIA
AUXILIADORA**

Coditos con tomate
Pizza
(lechuga y maíz)
Pan blanco
PANCHINETA (postre dulce)

30

Lentejas estofadas
Salmón al horno con crumble de cebolla y
hierbas provenzales
(Patatas al vapor)
Pan blanco
Fruta fresca

623,5Kcal - Prot:29,6g - Lip:20,3g - HC:75,0g
AGS:2,8g - Azúcares:16,4g - Sal:1,7g



3

Arroz con verduras
Tortilla francesa
(Lechuga y remolacha)
Pan blanco
Yogures sabores variados

603,3Kcal - Prot:24,5g - Lip:20,4g - HC:83,7g
AGS:5,6g - Azúcares:22,0g - Sal:1,7g

10

Espirales napolitana con aceitunas
Merluza al horno con ajo y
perejil
(Lechuga y tomate)
Pan blanco
Yogur sabores variados

576,6Kcal - Prot:27,6g - Lip:17,0g - HC:76,1g
AGS:4,7g - Azúcares:23,8g - Sal:1,9g

17

Tallarines con tomate
Filete de merluza a la plancha
(lechuga y maíz)
Pan blanco
Yogures sabores variados

584,2Kcal - Prot:27,9g - Lip:16,5g - HC:78,6g
AGS:4,6g - Azúcares:23,7g - Sal:1,8g

24

**CELEBRACIÓN DE MARIA
AUXILIADORA**

Coditos con tomate
Pizza
(lechuga y maíz)
Pan blanco
PANCHINETA (postre dulce)

31

EMOJI PARTY
DESTORNILLARSE DE RISA
(Pasta espiral a la carbonara con york)
HAPPY COMBO
(Nuggets con patatas fritas)
SIEMPRE DULCE
(Helado)