

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	Crema de Verduras ECO Filete de Lomo de Cerdo al Horno 9T Patatas al Horno a la Provenzal ECO Pan Blanco 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 571 Lip: 18,51 Prot: 20,46 HC: 82,83 Cena: Ensalada + Huevo + Fruta o Lácteo	3	Arroz Hervido con Tomate Frito Tortilla Francesa 3 Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 12 Pan Blanco 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 600 Lip: 18,36 Prot: 13,05 HC: 95,67 Cena: Patata + Pescado + Lácteo o Fruta	4	Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco 7-9T-12 Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras ECO Pan Blanco 1-6T-10T-11T Yogur Natural Azucarado 7 Kcal: 616 Lip: 22,60 Prot: 21,69 HC: 83,43 Cena: Pasta + Huevo + Fruta	5	Coditos con Tomate y Orégano ECO 1-6T-10T Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo 9T-12 Ensalada Clásica 12 Pan Blanco 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 689 Lip: 23,11 Prot: 27,90 HC: 75,13 Cena: Verdura + Pescado + Fruta o Lácteo	6	Crema de Calabaza ECO Salmón al Horno en Salsa 4-9T-12 Menestra al Vapor (guarnición) 9T Pan integral (harina integral 50%) 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 541,05 Lip: 25,05 Prot: 23,99 HC: 56,07 Cena: Arroz + Carne + Fruta o Lácteo
9	Crema de Zanahoria ECO Macarrones ECO con Tomate y Queso 1-6T-7-10T Pan Blanco 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 642 Lip: 17,08 Prot: 16,61 HC: 104,90 Cena: Ensalada + Carne + Fruta o Lácteo	10	Potaje de Lentejas con Calabaza ECO 1T Tortilla de Patatas con Cebolla 3 Ensalada Mézclum 12 Pan Blanco 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 734 Lip: 29,61 Prot: 25,04 HC: 92,31 Cena: Pasta + Ave + Fruta o Lácteo	11	Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 3-12 Cazuela de Arroz con Choco 2T-4T-9T-12-14 Pan Blanco 1-6T-10T-11T Yogur Natural Azucarado 7 Kcal: 580 Lip: 17,23 Prot: 23,49 HC: 83,08 Cena: Verdura + Pescado + Fruta	12	Alubias Blancas Guisadas ECO Abadejo a Las Finas Hierbas 4-9T Ensalada Campestre 12 Pan Blanco 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 670 Lip: 24,17 Prot: 37,32 HC: 79,23 Cena: Pasta + Carne + Fruta o Lácteo	13	Crema de Calabacín ECO Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate 6-12 Patatas Panaderas al Vapor ECO 9T Pan integral (harina integral 50%) 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 570,94 Lip: 22,89 Prot: 22,11 HC: 77,37 Cena: Verdura + Huevo + Fruta o Lácteo
16	Crema Hortelana ECO Estofado de Patatas con Ternera 9T Pan Blanco 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 586 Lip: 12,48 Prot: 25,53 HC: 95,21 Cena: Verdura + Pescado + Fruta o Lácteo	17	Arroz con Pisto Tortilla Francesa 3 Zanahorias al Vapor (guarnición) ECO 9T Pan Blanco 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 585 Lip: 17,95 Prot: 12,30 HC: 92,57 Cena: Patata + Carne + Fruta o Lácteo	18	Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco 7-9T-12 Lentejas Guisadas con Pollo 1T Pan Blanco 1-6T-10T-11T Yogur Natural Azucarado 7 Kcal: 645 Lip: 21,55 Prot: 28,31 HC: 81,18 Cena: Arroz + Huevo + Fruta	19	Garbanzos Estofados con Verduras ECO Muslito de Pollo al Horno al Ajillo 9T-12 Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 12 Pan Blanco 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 677 Lip: 25,94 Prot: 32,51 HC: 81,24 Cena: Pasta + Pescado + Fruta o Lácteo	20	Espirales con Tomate ECO 1-6T-10T Bagre al Vapor en Salsa de Adobo 4-9T-12 Ensalada de Lechuga 12 Pan integral (harina integral 50%) 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 609,87 Lip: 31,95 Prot: 39,31 HC: 76,67 Cena: Verdura + Carne + Fruta o Lácteo
23	Crema de Zanahoria ECO Lacitos ECO Boloñesa 1-6T-10T Pan Blanco 1-6T-10T-11T Fruta de Temporada Kcal: 709 Lip: 15,38 Prot: 21,93 HC: 120,31 Cena: Ensalada + Huevo + Fruta o Lácteo	24		25		26		27	

- ALÉRGENOS
- 1-Gluten

2-Crustaceo

3-Huevo

4-Pescado

5-Cacahuete

6-Soja

7-Leche y Derivados

8-Frutos Secos

9-Apio

10-Mostaza

11-Sesamo

12-Sulfitos

13-Altramuces

14-Moluscos