

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p><b>1 RECOMENDACION FESTIVO</b>                      Guiso de alubias (eco.) a la jardinera (patata, zanahoria, cebolla, arroz, tomate y pimiento verde)                      Medias lunas de huevo con ensalada de lechuga, tomate y espárragos                      Fruta de temporada y pan integral (eco.)                      VE:1.463/350 GT:16 GS:0 HC:56 AZ:0 PROT:16 SAL:0</p>	<p><b>2</b>                      Crema de patata con verduras (eco.) (zanahoria, calabacín, brócoli)                      Albóndigas de pollo guisadas en salsa (patata, cebolla, tomate)                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:1.842/441 GT:11 GS:0 HC:65 AZ:0 PROT:22 SAL:0</p>	<p><b>3</b>                      Ensalada de lechuga, tomate, pepino, zanahoria y maíz                      Macarrones (eco.) con salsa de tomate y dorada (tomate, cebolla, zanahoria, dorada)                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:2.052/491 GT:19 GS:0 HC:70 AZ:0 PROT:12 SAL:0</p>	<p><b>4</b>                      Arroz en amarillo con verduras rehogadas (eco.) (tomate, judía verde, pimiento, calabacín, guisante, zanahoria)                      Tortilla de patata y calabacín al horno                      Yogur y pan (eco.)                      VE:2.672/639 GT:25 GS:0 HC:86 AZ:0 PROT:19 SAL:0</p>
<p><b>7</b>                      Fideua a la hortelana (tomate, pimiento, cebolla, zanahoria)                      Salmón al horno                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:2.096/501 GT:10 GS:0 HC:81 AZ:0 PROT:22 SAL:0</p>	<p><b>8</b>                      Arroz cocido (eco) con salsa de tomate                      Queso fresco con ensalada de lechuga, tomate y maíz                      Fruta de temporada y pan integral (eco.)                      VE:2.004/479 GT:19 GS:0 HC:56 AZ:0 PROT:21 SAL:0</p>	<p><b>9</b>                      Cazuela de lentejas (eco.) con arroz (patata, tomate, zanahoria, cebolla)                      Hamburguesa de pollo en salsa (tomate, cebolla, especias)                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:2.354/563 GT:26 GS:0 HC:69 AZ:0 PROT:14 SAL:0</p>	<p><b>10</b>                      Ensalada de lechuga, tomate, aceituna y remolacha                      Patatas en amarillo con atún (patata, tomate, pimiento, cebolla, atún)                      Yogur y pan (eco.)                      VE:1.614/386 GT:18 GS:0 HC:46 AZ:0 PROT:12 SAL:0</p>	<p><b>11</b>                      Crema de patata y brócoli (eco.)                      Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:1.728/413 GT:21 GS:0 HC:42 AZ:0 PROT:17 SAL:0</p>
<p><b>14</b>                      Ensalada completa (lechuga, zanahoria, tomate, aceitunas, maíz)                      Lentejas a la extremeña con chorizo (eco.) (patata, tomate, zanahoria, pimiento, chorizo)                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:1.818/435 GT:8 GS:0 HC:66 AZ:0 PROT:25 SAL:0</p>	<p><b>15</b>                      Coditos (eco.) con salsa de tomate y cebolla                      Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y remolacha                      Yogur y pan integral (eco.)                      VE:2.190/524 GT:23 GS:0 HC:60 AZ:0 PROT:20 SAL:0</p>	<p><b>16</b>                      Crema de calabaza (eco.) (patata, calabaza, zanahoria)                      Dados de pechuguitas de pollo guisadas con arroz pilaf (tomate, especias) con ensalada de lechuga, tomate y espárragos                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:1.649/394 GT:16 GS:0 HC:51 AZ:0 PROT:13 SAL:0</p>	<p><b>17</b>                      Puchero de garbanzos con arroz (eco.) (patata, judía verde, cebolla, zanahoria)                      Huevos con ratatouille (patata, tomate, cebolla, calabaza, zanahoria, repollo, berenjena, pimiento)                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:2.232/534 GT:21 GS:0 HC:74 AZ:0 PROT:13 SAL:0</p>	<p><b>18</b>                      Sopa de ave con pasta (eco.) (cebolla, zanahoria, patata, pollo)                      Merluza con zanahoria y patata                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:1.643/393 GT:13 GS:0 HC:52 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>
<p><b>21</b>                      Arroz con verduras (eco) (judía verde, pimiento, tomate, guisante)                      Tortilla de patata y calabacín al horno con ensalada de tomate                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:2.238/536 GT:21 GS:0 HC:74 AZ:0 PROT:13 SAL:0</p>	<p><b>22</b>                      Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz, pimiento y aceituna                      Macarrones (eco.) con salsa de tomate y ternera (tomate, cebolla, carne de ternera)                      Fruta de temporada y pan integral (eco.)                      VE:1.659/397 GT:16 GS:0 HC:43 AZ:0 PROT:20 SAL:0</p>	<p><b>23</b>                      Crema de calabacín (patata, calabacín) (eco.)                      Albóndigas de pollo guisadas en salsa (patata, cebolla, tomate)                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:2.112/505 GT:22 GS:0 HC:58 AZ:0 PROT:21 SAL:0</p>	<p><b>24</b>                      Lentejas a la riojana con hortalizas (eco.) (patata, tomate, zanahoria y pimiento) (eco.)                      Queso fresco con ensalada de lechuga, tomate y maíz                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:2.230/534 GT:23 GS:0 HC:70 AZ:0 PROT:12 SAL:0</p>	<p><b>25</b>                      Cazuela de fideos con pollo (tomate, pimiento, zanahoria)                      Hamburguesa de pescado (potón, merluza, pulpo) en salsa                      Yogur y pan (eco.)                      VE:1.568/375 GT:12 GS:0 HC:49 AZ:0 PROT:21 SAL:0</p>
<p><b>28</b>                      Sopa de ave con pasta (eco.) (cebolla, zanahoria, patata, pollo)                      Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:1.606/384 GT:15 GS:0 HC:46 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>	<p><b>29</b>                      Ensalada de lechuga, tomate, pepino, zanahoria y maíz                      Chop suey de pollo con verduras (tomate, cebolla, zanahoria, pimiento, repollo)                      Yogur y pan integral (eco.)                      VE:1.886/451 GT:18 GS:0 HC:56 AZ:0 PROT:17 SAL:0</p>	<p><b>30</b>                      Crema de patata con verduras (eco.) (zanahoria, calabacín, brócoli)                      Merluza a la roteña (zanahoria, pimiento, cebolla, tomate)                      Fruta de temporada y pan (eco.)                      VE:2.052/491 GT:19 GS:0 HC:70 AZ:0 PROT:12 SAL:0</p>		