

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
26 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ACEITUNA Y REMOLACHA CODITOS CON SALSA DE TOMATE Y ATUN (TOMATE, ATUN, CEBOLLA, ZANAHORIA) PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 456,75KCAL 17,49g P, 17,09g L, 57,32g HC	27 CREMA DE PATATA, CALABAZA Y ZANAHORIA POLLO ASADO PROVENZAL PATATA ASADA PAN INTEGRAL Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 536,31KCAL 16,36g P, 22,49g L, 67,54g HC	28 PUCHERO DE GARBANZOS CON FIDEOS (PATATA, ZANAHORIA, REPOLLO) TORTILLA FRANCESA AL HORNO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ESPÁRRAGO PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 473,61KCAL 17,97g P, 18,32g L, 58,53g HC	29 FIDEUÁ A LA HORTELANA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA, ZANAHORIA, GUISANTE) QUESO FRESCO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 406,83KCAL 17,73g P, 17,32g L, 44,55g HC	30 ARROZ COCIDO CON SALSA DE TOMATE ABADEJO HORNEADO A LA BILBAÍNA (TOMATE, PIMIENTO, AJO) PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 512,51KCAL 16,16g P, 16,15g L, 73,7g HC
2 LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (ZANAHORIA, CEBOLLA, TOMATE, PATATA) TORTILLA DE PATATA AL HORNO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 467,35KCAL 17,62g P, 20,38g L, 52,52g HC	3 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y MAIZ CAZUELA DE PATATAS GUIADAS CON CABALLA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA, AJO) PAN INTEGRAL Y AGUA YOGUR 434,92KCAL 18,05g P, 19,37g L, 45,65g HC	4 CREMA DE HORTALIZAS (PATATA, CALABACIN, ZANAHORIA, JUDIA VERDE, GUISANTE) ALBÓNDIGAS DE POLLO GUIADAS EN SALSA (PATATA, CEBOLLA, TOMATE) PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 475,21KCAL 13,85g P, 19,42g L, 59,95g HC	5 MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA MEDIAS LUNAS DE HUEVO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 463,59KCAL 19,88g P, 15,82g L, 59,46g HC	6 ARROZ CON VERDURAS (JUDÍAS VERDES, PIMIENTO, TOMATE, GUISANTE) ABADEJO HORNEADO A LA HORTELANA (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE) PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 531,43KCAL 18,72g P, 18,56g L, 70,27g HC
9 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA, MAIZ, PIMIENTO Y ACEITUNA GUISO DE ALUBIAS A LA JARDINERA (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO, ARROZ) PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 461,02KCAL 17,88g P, 14,7g L, 63,58g HC	10 SOPA DE AVE CON PASTA (CEBOLLA, ZANAHORIA, PATATA, POLLO) TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN AL HORNO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA PAN INTEGRAL Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 557,42KCAL 17,14g P, 22,1g L, 71g HC	11 CREMA DE PATATA Y ESPINACA ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 459,88KCAL 18,75g P, 13,98g L, 63,35g HC	12 ARROZ A LA MARINERA (TOMATE, GUISANTE, CEBOLLA, PIMIENTO, JUDÍA VERDE, BACALAO, MEJILLON) QUESO FRESCO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 568,39KCAL 16,71g P, 25,06g L, 68g HC	13 ESPIRALES A LA ITALIANA (TOMATE, CEBOLLA) MERLUZA GUIADA EN SALSA VERDE CON PATATA, CEBOLLA, ESPINACA Y GUISANTE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 451,24KCAL 16,82g P, 17,7g L, 55,15g HC
16 LENTEJAS A LA RIOJANA (ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, PATATA) TORTILLA DE PATATA AL HORNO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 496,26KCAL 11,39g P, 19,3g L, 67,92g HC	17 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA Y ACEITUNA CODITOS CON SALSA DE TOMATE Y TERNERA (TOMATE, CARNE DE TERNERA, CEBOLLA) PAN INTEGRAL Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 464,99KCAL 19,37g P, 18g L, 54,74g HC	18 CAZUELA DE FIDEOS CON VERDURAS (PIMIENTO, CEBOLLA, ZANAHORIA, TOMATE) ABADEJO HORNEADO A LA ROTEÑA (ZANAHORIA, CEBOLLA, PIMIENTO, TOMATE) PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 523,97KCAL 16,84g P, 20,39g L, 69,11g HC	19 ARROZ COCIDO CON SALSA DE TOMATE MEDIAS LUNAS DE HUEVO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 476,17KCAL 18,18g P, 16,34g L, 62,56g HC	20 CREMA DE PATATA CON VERDURAS (ZANAHORIA, CALABACÍN, BRÓCOLI) HAMBURGUESA DE POLLO EN SALSA (PATATA, TOMATE, CEBOLLA, ESPECIAS) PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 486,84KCAL 17,95g P, 17,47g L, 63,4g HC