

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	18 Crema Hortelana 0,9 R de HC Calabaza Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco Arroz con Pollo al Horno y Salsa de Tomate 3,5 R de HC Arroz Vaporizado, Pollo Contramuslo, Tomate Triturado, Tomate Frito	19 Potaje de Alubias Blancas 3,3 R de HC Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga (50 g.) 0,7 R de HC Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada	20 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria (60 g.), Maíz (10 g.) y Huevo cocido (10 g.) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Maíz Dulce, Huevo Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Lacitos Boloñesa Farfalle, Tomate Frito, Pollo Picada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Yogur Natural Yogurt Natural	21 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Cebolla Pochada Hamburguesa Ternera 80g 90% S/Glut, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Oregano Patatas Panaderas al Vapor 2 R de HC Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil	22 Lentejas con Verduras Cocidas 4,2 R de HC Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Merluza al Horno en Salsa Verde Merluza Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Patata Dado Eco Tomate Natural (50 g.) Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra, Vinagre Vino Blanco, Sal Fina Yodada
	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 371 Lip: 12,51 Prot: 11,78 HC: 49,88 AGS: 2,00 Azu: 10,65 Sal: 0,73 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 374 Lip: 13,16 Prot: 16,85 HC: 48,84 AGS: 3,45 Azu: 8,97 Sal: 1,26 Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta	Yogur Natural Yogurt Natural Kcal: 445 Lip: 17,78 Prot: 19,35 HC: 51,00 AGS: 4,34 Azu: 10,95 Sal: 1,05 Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 395 Lip: 18,00 Prot: 15,10 HC: 46,47 AGS: 4,93 Azu: 7,67 Sal: 1,23 Cena: Arroz + Huevo + Lácteo o Fruta	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 422 Lip: 15,34 Prot: 23,96 HC: 50,01 AGS: 2,30 Azu: 10,08 Sal: 0,74 Cena: Pasta + Carne + Lácteo o Fruta
	25 Arroz con Tomate 3,5 R de HC Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada	26 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco Filete de Lomo de Cerdo al Horno Cinta de Lomo Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada Patatas al Horno a la Provenzal 2,8 R de HC Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Tomillo	27 Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Maíz Dulce Potaje de Garbanzos, Calabacín y Verduras 4 R de HC Garbanzo, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Calabacín Dado Eco Yogur Natural Yogurt Natural	28 Coditos con Tomate y Orégano 4,5 R de HC Tiburon, Tomate Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Contramuslo, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco Ensalada Clásica (50 g.) Escarola Lisa y Rizada, Achicoria Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada	29 Crema de Calabaza 4,2 R de HC Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Salmón al Horno en Salsa Salmon, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Agrio Limón Menestra al Vapor (guarnición) Menestra, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Sal Fina Yodada
	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 384 Lip: 16,76 Prot: 9,12 HC: 50,85 AGS: 3,93 Azu: 8,49 Sal: 1,52 Cena: Patata + Carne + Lácteo o Fruta	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 374 Lip: 14,28 Prot: 14,08 HC: 50,87 AGS: 2,55 Azu: 12,25 Sal: 0,68 Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	Yogur Natural Yogurt Natural Kcal: 412 Lip: 16,68 Prot: 17,50 HC: 50,00 AGS: 4,46 Azu: 16,57 Sal: 0,68 Cena: Pasta + Huevo + Fruta	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 490 Lip: 17,74 Prot: 18,96 HC: 53,09 AGS: 2,78 Azu: 8,42 Sal: 1,03 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 452 Lip: 19,65 Prot: 21,16 HC: 51,11 AGS: 3,34 Azu: 15,21 Sal: 0,94 Cena: Arroz + Carne + Lácteo o Fruta
	2 Crema de Zanahoria 1 R de HC Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Macarrones con Tomate y Queso Macarrones, Tomate Frito, Queso Rallado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco	3 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Cazuela de Arroz con Choco Arroz Vaporizado, Potón, Zanahoria Dado Eco, Agua Yogur Natural Yogurt Natural	4 Potaje de Lentejas con Calabaza 3 R de HC Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Tortilla de Patatas con Cebolla 1 R de HC Tortilla Patata/cebolla A.c.Oli. Ensalada Mézclum (50 g.) Escarola, Lechuga, Tzatziki, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada	5 Crema de Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate Albondiga Cerdo, Tomate Frito, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Patatas Panaderas al Vapor 2 R de HC Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil	6 Alubias Blancas Guisadas 4,2 R de HC Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco Abadejo a Las Finas Hierbas Abadejo Lomo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomillo, Sal Fina Yodada Ensalada Campestre Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada
	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 376 Lip: 14,74 Prot: 10,25 HC: 50,82 AGS: 3,17 Azu: 12,01 Sal: 1,27 Cena: Ensalada + Carne + Lácteo o Fruta	Yogur Natural Yogurt Natural Kcal: 434 Lip: 17,07 Prot: 19,28 HC: 51,42 AGS: 4,34 Azu: 9,45 Sal: 0,91 Cena: Verdura + Pescado + Fruta	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 469 Lip: 22,11 Prot: 17,09 HC: 51,71 AGS: 3,79 Azu: 10,93 Sal: 1,47 Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 400 Lip: 17,34 Prot: 16,47 HC: 52,05 AGS: 2,66 Azu: 11,17 Sal: 0,91 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 425 Lip: 24,83 Prot: 26,75 HC: 50,05 AGS: 4,12 Azu: 9,60 Sal: 1,11 Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta
	9 Arroz con Pisto 3 R de HC Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Zanahorias al Vapor (guarnición) Zanahoria Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo	10 Crema Hortelana 1,3 R de HC Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Espinacas Estofado de Patatas con Ternera Patata Dado Eco, Ternera Dado, Tomate Frito Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera	11 Ensalada de Tomate, Maíz y Queso Fresco Tomate, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Maíz Dulce Lentejas Guisadas con Pollo 4,4 R de HC Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo Yogur Natural Yogurt Natural	12 Garbanzos Estofados con Verduras 4 R de HC Patata Dado Eco, Garbanzo, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco Ensalada 4 Estaciones (guarnición) 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 434 Lip: 18,18 Prot: 22,34 HC: 47,51 AGS: 2,76 Azu: 13,05 Sal: 0,69 Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta
	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 397 Lip: 15,17 Prot: 17,61 HC: 50,35 AGS: 2,95 Azu: 15,52 Sal: 1,07 Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 444 Lip: 16,68 Prot: 23,04 HC: 51,22 AGS: 4,87 Azu: 13,33 Sal: 0,78 Cena: Arroz + Huevo + Fruta	Yogur Natural Yogurt Natural Kcal: 444 Lip: 16,68 Prot: 23,04 HC: 51,22 AGS: 4,87 Azu: 13,33 Sal: 0,78 Cena: Arroz + Huevo + Fruta	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 434 Lip: 18,18 Prot: 22,34 HC: 47,51 AGS: 2,76 Azu: 13,05 Sal: 0,69 Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta	Fruta de Temporada (50 g.) - No Plátano 0,5 R de HC Manzana Golden, Kiwi, Naranja, Pera Kcal: 425 Lip: 24,83 Prot: 26,75 HC: 50,05 AGS: 4,12 Azu: 9,60 Sal: 1,11 Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta