

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>“En cumplimiento al Reglamento 1169/2011 tenemos la información sobre alergen en el teléfono 955776989 y en elgustodecrecer@aramark.es” ;;;;</p>		<p>1 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>2 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>3 VACACIONES SEMANA SANTA</p>
<p>6 Lentejas (eco.) a la riojana (zanahoria, pimiento, tomate, patata) Tortilla de patata y calabacín al horno con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan (eco.) VE:1.881/450 GT:19 GS:0 HC:48 AZ:0 PROT:19 SAL:0</p>	<p>7 Fideua a la hortelana (tomate, pimiento, cebolla, zanahoria, guisantes) Abadejo horneado con cebolla en salsa verde (cebolla, guisantes) con ensalada de tomate y maíz Fruta de temporada y pan integral (eco.) VE:2.388/54 GT:23 GS:0 HC:66 AZ:0 PROT:22 SAL:0</p>	<p>8 Arroz a la marinera (tomate, guisante, cebolla, pimiento, judía verde, bacalao y mejillones) Queso fresco con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta de temporada y pan (eco.) VE:1.951/467 GT:15 GS:0 HC:69 AZ:0 PROT:12 SAL:0</p>	<p>9 Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz, pimiento y aceituna Coditos (eco.) con salsa de tomate y ternera (tomate, carne de ternera, cebolla) Fruta de temporada y pan integral (eco.) VE:2.079/497 GT:23 GS:0 HC:58 AZ:0 PROT:13 SAL:0</p>	<p>10 Crema de patata, calabaza y zanahoria (eco.) Albóndigas de pollo guisadas en salsa (patata, cebolla, tomate) con patata parisina (eco.) Yogur y pan (eco.) VE:2.243/537 GT:22 GS:0 HC:69 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>
<p>13 Espirales (eco.) con salsa italiana (tomate y cebolla) Tortilla francesa con atún al horno con ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.124/508 GT:21 GS:0 HC:60 AZ:0 PROT:20 SAL:0</p>	<p>14 Guiso de alubias a la jardinera (eco.) (patata, tomate, zanahoria, pimiento, arroz) Medias lunas de huevo con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada y pan integral (eco.) VE:1.764/413 GT:18 GS:0 HC:45 AZ:0 PROT:17 SAL:0</p>	<p>15 Crema de hortalizas eco. (patata, calabacín, zanahoria, judía verde, guisante) Pollo asado provenzal (ajo, perejil) con zanahoria (eco.) salteada Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.098/502 GT:22 GS:0 HC:53 AZ:0 PROT:21 SAL:0</p>	<p>16 Ensalada de lechuga, tomate, pepino, zanahoria y maíz Cazuela de patatas guisadas con caballa (tomate, pimiento, cebolla, ajo) Yogur y pan integral (eco.) VE:1.891/452 GT:20 GS:0 HC:52 AZ:0 PROT:15 SAL:0</p>	<p>17 Arroz cocido (eco) con salsa de tomate Merluza a la hortelana (patata, zanahoria, pimiento, tomate, judía verde) con zanahoria rallada Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.290/548 GT:19 GS:0 HC:76 AZ:0 PROT:17 SAL:0</p>
<p>20 Arroz caldoso con verduras (eco.) (brócoli, tomate, pimiento, cebolla, zanahoria) Abadejo horneado a la roteña (zanahoria, pimiento, cebolla, tomate) con ensalada de tomate Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.151/515 GT:18 GS:0 HC:67 AZ:0 PROT:19 SAL:0</p>	<p>21 Lentejas estofadas con arroz (eco) (zanahoria, cebolla, tomate, patata) Queso fresco con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Yogur y pan integral (eco.) VE:1.840/440 GT:19 GS:0 HC:49 AZ:0 PROT:18 SAL:0</p>	<p>22 Sopa de ave con pasta (eco.) (cebolla, zanahoria, patata, pollo) Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.067/494 GT:20 GS:0 HC:61 AZ:0 PROT:17 SAL:0</p>	<p>23 Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceituna Coditos (eco.) con salsa de tomate y dorada (tomate, dorada, cebolla, zanahoria) Fruta de temporada y pan integral (eco.) VE:2.046/489 GT:13 GS:0 HC:63 AZ:0 PROT:21 SAL:0</p>	<p>24 Crema de patata y calabacín (eco) Estofado de cerdo con patata y tomate con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan (eco.) VE:2.085/499 GT:19 GS:0 HC:54 AZ:0 PROT:22 SAL:0</p>
<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>	

MES: ABRIL

COLEGIO: RECOMENDACIONES CENA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>06 VERDURA TRICOLOR CROQUETAS DE JAMÓN LECHE PAN</p>	<p>07 CREMA VICHYSSEOISE PECHUGA DE PAVO CON PATATA ASADA FRUTA PAN</p>	<p>08 ESPINACAS REHOGADAS CON AJO REVUELTO DE CALABACÍN YOGUR NATURAL PAN</p>	<p>09 ENSALADILLA RUSA LENGUADO AL PAPILLOTE CON TOMATE NATURAL FRUTA PAN</p>	<p>10 RISOTTO DE CHAMPIÑONES Y GAMBAS FRUTA PAN</p>
<p>13 MENESTRA DE VERDURAS LOMO ADOBADO CON PATATA AL HORNO YOGUR NATURAL PAN</p>	<p>14 ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑONES Y TERNERA FRUTA PAN</p>	<p>15 MACARRONES SALTEADOS CON AJO Y ORÉGANO MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE ZANAHORIA LECHE PAN</p>	<p>16 PISTO DE VERDURAS MUSLO DE POLLO AL LIMÓN FRUTA PAN</p>	<p>17 CREMA DE ZANAHORIA FLAMENQUÍN CASERO FRUTA PAN</p>
<p>20 COLIFLOR GRATINADA SOLMILLO DE PAVO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA PAN</p>	<p>21 CREMA DE BRÓCOLI REVUELTO DE PATATA Y BACON FRUTA PAN</p>	<p>22 ENSALADILLA RUSA MERLUZA AL HORNO ENCEBOLLADA YOGUR DE SABORES PAN</p>	<p>23 VERDURAS SALTEADAS CON PATATA LIBRITOS DE LOMO CASERO FRUTA PAN</p>	<p>24 GUISANTES REHOGADOS CON AJO BACALAO AL HORNO CON GUARNICIÓN DE ARROZ LECHE PAN</p>

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>6</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS A LA RIOJANA (ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, PATATA) TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,6KCAL 12%P, 34%L, 7,4 g AGS, 50%HC 9,7 g Az, 4,4 g SAL</p>	<p>7</p> <p>FIDEOS SIN GLUTEN CON VERDURAS 0 ABADEJO HORNEADO CON CEBOLLA EN SALSA VERDE (CEBOLLA, GUISANTES) ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 597,3KCAL 14%P, 30%L, 4,4 g AGS, 53%HC 9,4 g Az, 5 g SAL</p>	<p>8</p> <p>ARROZ A LA MARINERA (TOMATE, GUISANTE, CEBOLLA, PIMIENTO, JUDIA VERDE, BACALAO Y MEJILLONES) QUESO FRESCO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL</p>	<p>9</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, PIMIENTO Y ACEITUNA 0 PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE Y PAVO 0 PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL</p>	<p>10</p> <p>CREMA DE PATATA, CALABAZA Y ZANAHORIA ECOLÓGICA 0 ALBÓNDIGAS DE POLLO GUIADAS EN SALSA (CEBOLLA, TOMATE) PATATA PARISINA NOISSETE ECO HORNEADA CON AOVE PAN SIN GLUTEN Y AGUA YOGUR 593,3 KCAL 12%P, 30%L, 3,9 g AGS, 58%HC 20 g Az, g SAL 3,3</p>
<p>13</p> <p>PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE 0 TORTILLA FRANCESA CON ATÚN AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 558,8KCAL 15%P, 29%L, 2,5 g AGS, 55%HC 5g Az, 4,3g SAL</p>	<p>14</p> <p>GUIISO DE ALUBIAS A LA JARDINERA ECO (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO Y ARROZ) MEDIAS LUNAS DE HUEVO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 597,3KCAL 14%P, 30%L, 4,4 g AGS, 53%HC 9,4 g Az, 5 g SAL</p>	<p>15</p> <p>CREMA DE HORTALIZAS ECOLÓGICA (PATATA, ZANAHORIA, CALABACIN, JUDIA VERDE, GUISANTE) POLLO ASADO PROVENZAL 0 GUARNICIÓN DE ZANAHORIA ECOLÓGICA SALTEADA PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 558,8KCAL 15%P, 29%L, 2,5 g AGS, 55%HC 5g Az, 4,3g SAL</p>	<p>16</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y MAIZ 0 CAZUELA DE PATATAS GUIADAS CON CABALLA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA, AJO) 0 PAN SIN GLUTEN Y AGUA YOGUR 596,5KCAL 15%P, 30%L, 3,5 g AGS, 53%HC 3,8 g Az, 4,5 g SAL</p>	<p>17</p> <p>ARROZ COCIDO ECO CON SALSA DE TOMATE 0 MERLUZA A LA HORTELANA (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, JUDÍA VERDE) GUARNICIÓN DE ZANAHORIA RALLADA PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,5KCAL 15%P, 30%L, 3,5 g AGS, 53%HC 3,8 g Az, 4,5 g SAL</p>
<p>20</p> <p>ARROZ CALDOÑO GUIADO CON VERDURAS ECO (BRÓCOLI, ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA) ABADEJO HORNEADO A LA ROTEÑA (ZANAHORIA, PIMIENTO, CEBOLLA, TOMATE) ENSALADA DE TOMATE PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,6KCAL 12%P, 34%L, 7,4 g AGS, 50%HC 9,7 g Az, 4,4 g SAL</p>	<p>21</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ ECOLÓGICAS (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA) QUESO FRESCO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS PAN SIN GLUTEN Y AGUA YOGUR 597,3KCAL 14%P, 30%L, 4,4 g AGS, 53%HC 9,4 g Az, 5 g SAL</p>	<p>22</p> <p>SOPA SIN GLUTEN 0 TORTILLA DE PATATA AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL</p>	<p>23</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA Y ACEITUNAS 0 PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE Y PAVO 0 PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL</p>	<p>24</p> <p>CREMA DE PATATA Y CALABACÍN ECOLÓGICA 0 ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y TOMATE 0 ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 593,3 KCAL 12%P, 30%L, 3,9 g AGS, 58%HC 20 g Az, g SAL 3,3</p>
27	28	29	30	

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>6</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS A LA RIOJANA (ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, PATATA) TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,6KCAL 12%P, 34%L, 7,4 g AGS, 50%HC 9,7 g Az, 4,4 g SAL</p>	<p>7</p> <p>FIDEUÁ A LA HORTELANA (TOMATE, PIMIENTO, ZANAHORIA, CEBOLLA) ABADEJO HORNEADO CON CEBOLLA EN SALSA VERDE (CEBOLLA, GUISANTES) ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ PAN INTEGRAL Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 516 KCAL 15%P, 34%L, 2,8 g AGS, 52%HC 9,7 g Az, 4,8g SAL</p>	<p>8</p> <p>ARROZ A LA MARINERA (TOMATE, GUISANTE, CEBOLLA, PIMIENTO, JUDIA VERDE, BACALAO Y MEJILLONES) QUESO FRESCO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 525 KCAL 12P, 34L, 54HC</p>	<p>9</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, PIMIENTO Y ACEITUNA 0 CODITOS CON TOMATE 0 0 PAN INTEGRAL Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 525 KCAL 12P, 34L, 54HC</p>	<p>10</p> <p>CREMA DE PATATA, CALABAZA Y ZANAHORIA ECOLÓGICA 0 ABADEJO AL HORNO 0 PATATA PARISINA NOISSETE ECO HORNEADA CON AOVE PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 524 KCAL 10%P, 33%L, 3,9 g AGS, 57%HC 20 g Az, g SAL 3,3</p>
<p>13</p> <p>ESPIRALES ECO A LA ITALIANA 0 TORTILLA FRANCESA CON ATÚN AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,8KCAL 15%P, 33%L, 2,7 g AGS, 50%HC 7,9 g Az, 4,3 g SAL</p>	<p>14</p> <p>GUIISO DE ALUBIAS A LA JARDINERA ECO (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO Y ARROZ) MEDIAS LUNAS DE HUEVO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN INTEGRAL Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 516 KCAL 15%P, 34%L, 2,8 g AGS, 52%HC 9,7 g Az, 4,8g SAL</p>	<p>15</p> <p>CREMA DE HORTALIZAS ECOLÓGICA (PATATA, ZANAHORIA, CALABACIN, JUDIA VERDE, GUISANTE) ABADEJO AL HORNO 0 GUARNICIÓN DE ZANAHORIA ECOLÓGICA SALTEADA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,8KCAL 15%P, 33%L, 2,7 g AGS, 50%HC 7,9 g Az, 4,3 g SAL</p>	<p>16</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y MAIZ 0 CAZUELA DE PATATAS GUIADAS CON CABALLA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA, AJO) 0 PAN INTEGRAL Y AGUA YOGUR 520 KCAL 15%P, 34%L, 2,8 g AGS, 52%HC 9,7 g Az, 4,8g SAL</p>	<p>17</p> <p>ARROZ COCIDO ECO CON SALSA DE TOMATE 0 MERLUZA A LA HORTELANA (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, JUDÍA VERDE) GUARNICIÓN DE ZANAHORIA RALLADA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 520 KCAL 15%P, 34%L, 2,8 g AGS, 52%HC 9,7 g Az, 4,8g SAL</p>
<p>20</p> <p>ARROZ CALDOSO GUIADO CON VERDURAS ECO (BRÓCOLI, ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA) ABADEJO HORNEADO A LA ROTEÑA (ZANAHORIA, PIMIENTO, CEBOLLA, TOMATE) ENSALADA DE TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,6KCAL 12%P, 34%L, 7,4 g AGS, 50%HC 9,7 g Az, 4,4 g SAL</p>	<p>21</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ ECOLÓGICAS (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA) QUESO FRESCO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS PAN INTEGRAL Y AGUA YOGUR 516 KCAL 15%P, 34%L, 2,8 g AGS, 52%HC 9,7 g Az, 4,8g SAL</p>	<p>22</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA 0 TORTILLA DE PATATA AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 525 KCAL 12P, 34L, 54HC</p>	<p>23</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA Y ACEITUNAS 0 CODITOS ECO CON SALSA DE TOMATE Y DORADA (TOMATE, DORADA, CEBOLLA, ZANAHORIA) 0 PAN INTEGRAL Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 525 KCAL 12P, 34L, 54HC</p>	<p>24</p> <p>CREMA DE PATATA Y CALABACÍN ECOLÓGICA 0 MERLUZA AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 524 KCAL 10%P, 33%L, 3,9 g AGS, 57%HC 20 g Az, g SAL 3,3</p>
27	28	29	30	

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>6</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS A LA RIOJANA (ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, PATATA) TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,6KCAL 12%P, 34%L, 7,4 g AGS, 50%HC 9,7 g Az, 4,4 g SAL</p>	<p>7</p> <p>FIDEUÁ A LA HORTELANA (TOMATE, PIMIENTO, ZANAHORIA, CEBOLLA) ABADEJO HORNEADO CON CEBOLLA EN SALSA VERDE (CEBOLLA, GUISANTES) ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 597,3KCAL 14%P, 30%L, 4,4 g AGS, 53%HC 9,4 g Az, 5 g SAL</p>	<p>8</p> <p>ARROZ CON TOMATE Y PAVO 0 QUESO FRESCO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL</p>	<p>9</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, PIMIENTO Y ACEITUNA 0 CODITOS ECO CON SALSA DE TOMATE Y TERNERA (TOMATE, CEBOLLA, CARNE DE TERNERA Y ESPECIAS) 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL</p>	<p>10</p> <p>CREMA DE PATATA, CALABAZA Y ZANAHORIA ECOLÓGICA 0 ALBÓNDIGAS DE POLLO GUISADAS EN SALSA (CEBOLLA, TOMATE) PATATA PARISINA NOISSETTE ECO HORNEADA CON AOVE PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 593,3 KCAL 12%P, 30%L, 3,9 g AGS, 58%HC 20 g Az, g SAL 3,3</p>
<p>13</p> <p>ESPIRALES ECO A LA ITALIANA 0 TORTILLA FRANCESA CON ATÚN AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 558KCAL 15%P, 30%L, 2,8 g AGS, 55%HC 3,7 g Az, 2,5 g SAL</p>	<p>14</p> <p>GUIISO DE ALUBIAS A LA JARDINERA ECO (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO Y ARROZ) MEDIAS LUNAS DE HUEVO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 597,3KCAL 14%P, 30%L, 4,4 g AGS, 53%HC 9,4 g Az, 5 g SAL</p>	<p>15</p> <p>CREMA DE HORTALIZAS ECOLÓGICA (PATATA, ZANAHORIA, CALABACIN, JUDIA VERDE, GUISANTE) POLLO ASADO PROVENZAL 0 GUARNICIÓN DE ZANAHORIA ECOLÓGICA SALTEADA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 558KCAL 15%P, 30%L, 2,8 g AGS, 55%HC 3,7 g Az, 2,5 g SAL</p>	<p>16</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y MAIZ 0 CAZUELA DE PATATAS GUISADAS CON CABALLA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA, AJO) 0 PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 596,5KCAL 15%P, 30%L, 3,5 g AGS, 53%HC 3,8 g Az, 4,5 g SAL</p>	<p>17</p> <p>ARROZ COCIDO ECO CON SALSA DE TOMATE 0 ABADEJO AL HORNO 0 GUARNICIÓN DE ZANAHORIA RALLADA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,5KCAL 15%P, 30%L, 3,5 g AGS, 53%HC 3,8 g Az, 4,5 g SAL</p>
<p>20</p> <p>ARROZ CALDOSO GUISADO CON VERDURAS ECO (BRÓCOLI, ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA) ABADEJO HORNEADO A LA ROTEÑA (ZANAHORIA, PIMIENTO, CEBOLLA, TOMATE) ENSALADA DE TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,6KCAL 12%P, 34%L, 7,4 g AGS, 50%HC 9,7 g Az, 4,4 g SAL</p>	<p>21</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ ECOLÓGICAS (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA) QUESO FRESCO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 597,3KCAL 14%P, 30%L, 4,4 g AGS, 53%HC 9,4 g Az, 5 g SAL</p>	<p>22</p> <p>SOPA DE AVE CON PASTA ECO (CEBOLLA, ZANAHORIA, PATATA, POLLO) TORTILLA DE PATATA AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL</p>	<p>23</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA Y ACEITUNAS 0 CODITOS CON TOMATE Y PAVO 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL</p>	<p>24</p> <p>CREMA DE PATATA Y CALABACÍN ECOLÓGICA 0 ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y TOMATE 0 ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 593,3 KCAL 12%P, 30%L, 3,9 g AGS, 58%HC 20 g Az, g SAL 3,3</p>
27	28	29	30	

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>6</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS A LA RIOJANA (ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, PATATA) LOMO DE CERDO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,6KCAL 12P, 34L, 50HC</p>	<p>7</p> <p>FIDEOS SIN GLUTEN CON VERDURAS 0 ABADEJO HORNEADO CON CEBOLLA EN SALSA VERDE (CEBOLLA, GUISANTES) ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 597,3KCAL 14P, 30L, 53HC</p>	<p>8</p> <p>ARROZ A LA MARINERA (TOMATE, GUISANTE, CEBOLLA, PIMIENTO, JUDIA VERDE, BACALAO Y MEJILLONES) QUESO FRESCO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 518,11KCAL 15P 30L 55HC</p>	<p>9</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, PIMIENTO Y ACEITUNA 0 PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 518,11KCAL 15P 30L 55HC</p>	<p>10</p> <p>CREMA DE PATATA, CALABAZA Y ZANAHORIA ECOLÓGICA 0 ALBÓNDIGAS DE POLLO GUIADAS EN SALSA (CEBOLLA, TOMATE) PATATA PARISINA NOISSETE ECO HORNEADA CON AOVE PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 593,3 KCAL 12P, 30L, 58HC</p>
<p>13</p> <p>PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE 0 ABADEJO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,8KCAL 15P, 33L, 50HC</p>	<p>14</p> <p>GUIISO DE ALUBIAS A LA JARDINERA ECO (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO Y ARROZ) LOMO DE CERDO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 597,3KCAL 14P, 30L, 53HC</p>	<p>15</p> <p>CREMA DE HORTALIZAS ECOLÓGICA (PATATA, ZANAHORIA, CALABACIN, JUDIA VERDE, GUISANTE) POLLO ASADO PROVENZAL 0 GUARNICIÓN DE ZANAHORIA ECOLÓGICA SALTEADA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,8KCAL 15P, 33L, 50HC</p>	<p>16</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y MAIZ 0 CAZUELA DE PATATAS GUIADAS CON CABALLA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA, AJO) 0 PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 596,5KCAL 15P, 30L, 53HC</p>	<p>17</p> <p>ARROZ COCIDO ECO CON SALSA DE TOMATE 0 MERLUZA A LA HORTELANA (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, JUDÍA VERDE) GUARNICIÓN DE ZANAHORIA RALLADA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,5KCAL 15P, 30L, 53HC</p>
<p>20</p> <p>ARROZ CALDOSO GUIADO CON VERDURAS ECO (BRÓCOLI, ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA) ABADEJO HORNEADO A LA ROTEÑA (ZANAHORIA, PIMIENTO, CEBOLLA, TOMATE) ENSALADA DE TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,6KCAL 12P, 34L, 50HC</p>	<p>21</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ ECOLÓGICAS (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA) QUESO FRESCO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 597,3KCAL 14P, 30L, 53HC</p>	<p>22</p> <p>SOPA SIN GLUTEN 0 ABADEJO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 518,11KCAL 15P 30L 55HC</p>	<p>23</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA Y ACEITUNAS 0 PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 518,11KCAL 15P 30L 55HC</p>	<p>24</p> <p>CREMA DE PATATA Y CALABACÍN ECOLÓGICA 0 ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y TOMATE 0 ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 593,3 KCAL 12P, 30L, 58HC</p>
<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>	

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>6</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS A LA RIOJANA (ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, PATATA) TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 540KCAL 15%P, 32%L, 4,2 g AGS, 53%HC 8,1 g Az, 6,2 g SAL</p>	<p>7</p> <p>FIDEUÁ A LA HORTELANA (TOMATE, PIMIENTO, ZANAHORIA, CEBOLLA) ABADEJO HORNEADO CON CEBOLLA EN SALSA VERDE (CEBOLLA, GUISANTES) ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 529KCAL 15P, 34L, 3,4 g AGS, 46HC 0,1 g Az, 3,96 g SAL</p>	<p>8</p> <p>ARROZ A LA MARINERA (TOMATE, GUISANTE, CEBOLLA, PIMIENTO, JUDIA VERDE, BACALAO Y MEJILLONES) LOMO DE CERDO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL</p>	<p>9</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, PIMIENTO 0 CODITOS CON TOMATE 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL</p>	<p>10</p> <p>CREMA DE PATATA, CALABAZA Y ZANAHORIA ECOLÓGICA 0 ALBÓNDIGAS DE POLLO GUISADAS EN SALSA (CEBOLLA, TOMATE) PATATA PARISINA NOISSETTE ECO HORNEADA CON AOVE PAN BLANCO Y AGUA YOGUR DE SOJA 593,3 KCAL 12%P, 30%L, 3,9 g AGS, 58%HC 20 g Az, g SAL 3,3</p>
<p>13</p> <p>ESPIRALES ECO A LA ITALIANA 0 TORTILLA FRANCESA CON ATÚN AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,1KCAL 14%P, 34%L, 4,3 g AGS, 52%HC 5,4 g Az, 5 g SAL</p>	<p>14</p> <p>GUIISO DE ALUBIAS A LA JARDINERA ECO (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO Y ARROZ) MEDIAS LUNAS DE HUEVO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 529KCAL 15P, 34L, 3,4 g AGS, 46HC 0,1 g Az, 3,96 g SAL</p>	<p>15</p> <p>CREMA DE HORTALIZAS ECOLÓGICA (PATATA, ZANAHORIA, CALABACIN, JUDIA VERDE, GUISANTE) POLLO ASADO PROVENZAL 0 GUARNICIÓN DE ZANAHORIA ECOLÓGICA SALTEADA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,1KCAL 14%P, 34%L, 4,3 g AGS, 52%HC 5,4 g Az, 5 g SAL</p>	<p>16</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y MAIZ 0 CAZUELA DE PATATAS GUISADAS CON CABALLA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA, AJO) 0 PAN BLANCO Y AGUA YOGUR DE SOJA 596,3KCAL 14%P, 34%L, 5,8g AGS, 51%HC 17,7 g Az, 5,1 g SAL</p>	<p>17</p> <p>ARROZ COCIDO ECO CON SALSA DE TOMATE 0 MERLUZA A LA HORTELANA (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, JUDÍA VERDE) GUARNICIÓN DE ZANAHORIA RALLADA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,3KCAL 14%P, 34%L, 5,8g AGS, 51%HC 17,7 g Az, 5,1 g SAL</p>
<p>20</p> <p>ARROZ CALDOSO GUISADO CON VERDURAS ECO (BRÓCOLI, ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA) ABADEJO HORNEADO A LA ROTEÑA (ZANAHORIA, PIMIENTO, CEBOLLA, TOMATE) ENSALADA DE TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 540KCAL 15%P, 32%L, 4,2 g AGS, 53%HC 8,1 g Az, 6,2 g SAL</p>	<p>21</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ ECOLÓGICAS (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA) POLLO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE PAN BLANCO Y AGUA YOGUR DE SOJA 529KCAL 15P, 34L, 3,4 g AGS, 46HC 0,1 g Az, 3,96 g SAL</p>	<p>22</p> <p>SOPA DE AVE CON PASTA ECO (CEBOLLA, ZANAHORIA, PATATA, POLLO) TORTILLA DE PATATA AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL</p>	<p>23</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAIZ 0 CODITOS ECO CON SALSA DE TOMATE Y DORADA (TOMATE, DORADA, CEBOLLA, ZANAHORIA) 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL</p>	<p>24</p> <p>CREMA DE PATATA Y CALABACÍN ECOLÓGICA 0 ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y TOMATE 0 ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 593,3 KCAL 12%P, 30%L, 3,9 g AGS, 58%HC 20 g Az, g SAL 3,3</p>
27	28	29	30	

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>6</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS A LA RIOJANA (ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, PATATA) MERLUZA AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,6KCAL 12P, 34L, 50HC</p>	<p>7</p> <p>FIDEOS SIN GLUTEN CON VERDURAS 0 ABADEJO HORNEADO CON CEBOLLA EN SALSA VERDE (CEBOLLA, GUISANTES) ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 518,3 KCAL 15P, 34L, 52HC</p>	<p>8</p> <p>ARROZ A LA MARINERA (TOMATE, GUISANTE, CEBOLLA, PIMIENTO, JUDIA VERDE, BACALAO Y MEJILLONES) MERLUZA AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,4KCAL 15P 30L 54HC</p>	<p>9</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, PIMIENTO 0 PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE 0 0 PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,4KCAL 15P 30L 54HC</p>	<p>10</p> <p>CREMA DE PATATA, CALABAZA Y ZANAHORIA ECOLÓGICA 0 ABADEJO AL HORNO 0 PATATA PARISINA NOISSETTE ECO HORNEADA CON AOVE PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 593,3 KCAL 12P, 30L, 58HC</p>
<p>13</p> <p>PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE 0 ABADEJO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,8KCAL 15P, 33L, 50HC</p>	<p>14</p> <p>GUIISO DE ALUBIAS A LA JARDINERA ECO (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO Y ARROZ) MERLUZA AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 518,3 KCAL 15P, 34L, 52HC</p>	<p>15</p> <p>CREMA DE HORTALIZAS ECOLÓGICA (PATATA, ZANAHORIA, CALABACIN, JUDIA VERDE, GUISANTE) ABADEJO AL HORNO 0 GUARNICIÓN DE ZANAHORIA ECOLÓGICA SALTEADA PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,8KCAL 15P, 33L, 50HC</p>	<p>16</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y MAIZ 0 CAZUELA DE PATATAS GUISADAS CON CABALLA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA, AJO) 0 PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 518,3 KCAL 15P, 34L, 52HC</p>	<p>17</p> <p>ARROZ COCIDO ECO CON SALSA DE TOMATE 0 MERLUZA A LA HORTELANA (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, JUDÍA VERDE) GUARNICIÓN DE ZANAHORIA RALLADA PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 518,3 KCAL 15P, 34L, 52HC</p>
<p>20</p> <p>ARROZ CALDOSO GUISADO CON VERDURAS ECO (BRÓCOLI, ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA) ABADEJO HORNEADO A LA ROTEÑA (ZANAHORIA, PIMIENTO, CEBOLLA, TOMATE) ENSALADA DE TOMATE PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,6KCAL 12P, 34L, 50HC</p>	<p>21</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ ECOLÓGICAS (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA) MERLUZA AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 518,3 KCAL 15P, 34L, 52HC</p>	<p>22</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA 0 ABADEJO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,4KCAL 15P 30L 54HC</p>	<p>23</p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAIZ 0 PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE 0 0 PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,4KCAL 15P 30L 54HC</p>	<p>24</p> <p>CREMA DE PATATA Y CALABACÍN ECOLÓGICA 0 MERLUZA AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PAN SIN GLUTEN Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 593,3 KCAL 12P, 30L, 58HC</p>
27	28	29	30	