



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 1 - Crema de calabaza Cinta de lomo adobada con patatas Pan y Pera Kcal:609 Prot:7,8 Lip:8,2 HC:51	- Día 2 - Crema de judias verdes Tortilla española c/ Lechuga y maiz Pan y Yogur natural Kcal:413 Prot:14,5 Lip:16,3 HC:54,2	- Día 3 - Arroz tres delicias Rombos de merluza c/ Lechuga Pan y Melon Kcal:392 Prot:23,8 Lip:10,3 HC:54,1
- Día 6 - Lentejas a la hortelana Salchichas de pavo en salsa con patatas Pan y Manzana Kcal:647 Prot:30,2 Lip:23,3 HC:83,6	- Día 7 - Sopa de letras Albondigas burger meat mixta a la jardinera Pan y Yogur natural Kcal:470 Prot:19,5 Lip:23,9 HC:47,7	- Día 8 - Alubias blancas estofadas con verduras Filete de merluza rebozado casero c/ Lechuga Pan y Albaricoque Kcal:479 Prot:23,6 Lip:7,5 HC:81,6	- Día 9 - Farfalle a la napolitana Lomo de sajonia al horno c/ Lechuga y maiz Pan y Yogur natural Kcal:618 Prot:27,2 Lip:34 HC:54,3	- Día 10 - Crema de guisantes Filete de pollo en su jugo con cebolla c/ Lechuga Pan y Platano Kcal:432 Prot:21,9 Lip:13,7 HC:58,5
- Día 13 - Patatas guisadas con verduras Filete de merluza en salsa con verduritas Pan y Yogur natural Kcal:326 Prot:17,5 Lip:8,3 HC:49,2	- Día 14 - Crema de brocoli y zanahoria Huevos cocidos con tomate Pan y Manzana Kcal:338 Prot:15 Lip:10,4 HC:49,2	- Día 15 - Espirales con queso y orégano Filete de pollo al horno c/ Lechuga y remolacha Pan y Yogur natural Kcal:406 Prot:38,3 Lip:15,6 HC:51,9	- Día 16 - Sopa de cocido Cocido madrileño completo Pan y Pera Kcal:496 Prot:21,1 Lip:19,7 HC:66,6	- Día 17 - Arroz con verduras Filete de bacalao rebozado c/ Lechuga Pan y Melon Kcal:476 Prot:18,7 Lip:15,2 HC:69,6
- Día 20 - Lentejas a la hortelana Tortilla francesa c/ Lechuga y maiz Pan y Albaricoque Kcal:489 Prot:22,2 Lip:10,9 HC:78,3	- Día 21 - Espirales blancos salteados con verduras Filete de pollo al horno con calabacin Pan y Yogur natural Kcal:460 Prot:30,5 Lip:16,8 HC:50,3	- Día 22 - Crema de calabacin Magro de cerdo en salsa con verduritas y patatas Pan y Platano Kcal:367 Prot:17,7 Lip:9,7 HC:55,8	- Día 23 - Garbanzos estofados con verduras Filete de merluza a la gallega Pan y Yogur natural Kcal:465 Prot:49,5 Lip:12 HC:46,6	- Día 24 - Arroz blanco con salsa de tomate Hamburguesa burger meat mixta a la jardinera Pan y Sandia Kcal:558 Prot:16,8 Lip:23,8 HC:64,7
- Día 27 - Crema de calabaza Filete de pollo empanado c/ Lechuga y zanahoria Pan y Yogur sabor Kcal:446 Prot:21,2 Lip:9,6 HC:72,1	- Día 28 - Macarrones a la napolitana Ragout de ternera en salsa con patatas Pan y Melon Kcal:501 Prot:19,5 Lip:23,3 HC:56,5	- Día 29 - Lentejas estofadas con verduras Tortilla española c/ Lechuga Pan y Natillas de vainilla Kcal:595 Prot:23,5 Lip:18,2 HC:86,6	- Día 30 - Patatas guisadas con verduras Albondigas de pescado en salsa con guisantes Pan y Nectarina Kcal:393 Prot:20,8 Lip:7,3 HC:64,6	

