

Basal

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

			01	Kcal 502 Lip. 34 P. 22 H.C. 26		02	Kcal 905 Lip. 47 P. 19 H.C. 100		03	Kcal 609 Lip. 27 P. 21 H.C. 70		04	Kcal 465 Lip. 19 P. 23 H.C. 48		05	Kcal 569 Lip. 18 P. 23 H.C. 71
				– Espinacas rehogadas – Alitas de pollo asadas con lechuga – Fruta			– Arroz con tomate – Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera – Fruta			– Patatas en salsa verde – Croquetas de jamón con lechuga – Yogur natural azucarado			– Puré de verdura – Filete de merluza en salsa marinera – Fruta			– Alubias rojas con verdura – Huevos villaroy con lechuga – Flan vainilla
06	Kcal 531 Lip. 23 P. 35 H.C. 43	07	Kcal 705 Lip. 27 P. 29 H.C. 82	08	Kcal 547 Lip. 20 P. 32 H.C. 58	09	Kcal 469 Lip. 19 P. 24 H.C. 49	10	Kcal 453 Lip. 17 P. 43 H.C. 29	11	Kcal 491 Lip. 19 P. 23 H.C. 53	12	Kcal 609 Lip. 27 P. 28 H.C. 62			
– Menestra de verduras – Pechugas de pollo en salsa de champiñón – Fruta	– Espirales boloñesa – Filete de limanda en salsa verde – Yogur sabores	– Arroz tres delicias – Jamoncitos de pollo asados en salsa – Fruta	– Puré de verdura – Filete de merluza en salsa marinera con lechuga – Fruta	– Borrajás estofadas – Lomo de atún encbollado – Yogur natural azucarado	– Garbanzos con verdura – Tortilla francesa con lechuga – Fruta	– Patatas a la riojana – Salchichas frescas con tomate – Natillas de chocolate										
13	Kcal 777 Lip. 25 P. 40 H.C. 95	14	Kcal 522 Lip. 27 P. 28 H.C. 38	15	Kcal 586 Lip. 21 P. 18 H.C. 79	16	Kcal 548 Lip. 16 P. 45 H.C. 43	17	Kcal 672 Lip. 27 P. 22 H.C. 81	18	Kcal 492 Lip. 28 P. 20 H.C. 40	19	Kcal 577 Lip. 25 P. 42 H.C. 44			
– Arroz con tomate – Carne guisada de ternera con verduras – Fruta	– Judías verdes rehogadas – Filete de merluza en salsa verde – Yogur sabores	– Espirales napolitana – Tortilla francesa con lechuga – Fruta	– Lentejas con verdura – Pechugas de pollo en salsa de champiñón – Fruta	– Menestra de verduras – San jacob con lechuga – Yogur natural azucarado	– Crema de calabaza y zanahoria – Salchichas frescas con lechuga – Fruta	– Coliflor salteada – Filete de cabracho al horno en salsa de tomate con piperrada – Natillas										
20	Kcal 654 Lip. 22 P. 31 H.C. 81	21	Kcal 515 Lip. 34 P. 25 H.C. 27	22	Kcal 721 Lip. 19 P. 43 H.C. 92	23	Kcal 493 Lip. 22 P. 24 H.C. 50	24	Kcal 592 Lip. 33 P. 20 H.C. 52	25	Kcal 580 Lip. 24 P. 21 H.C. 62	26	Kcal 803 Lip. 49 P. 18 H.C. 69			
– Macarrones con tomate – Filete de merluza en salsa de verduras – Fruta	– Borrajás estofadas – Alitas de pollo asadas con lechuga – Yogur sabores	– Arroz con tomate – Estofado de pavo con verduras – Fruta	– Crema de calabacín – Filete de merluza en salsa marinera – Fruta	– Acelgas rehogadas – Croquetas de jamón con lechuga – Yogur natural azucarado	– Alubias rojas con verdura – Tortilla de patata con lechuga – Fruta	– Puré de verdura – Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera con patatas cuadro – Arroz con leche										
27	Kcal 510 Lip. 23 P. 34 H.C. 40	28	Kcal 705 Lip. 23 P. 36 H.C. 85	29	Kcal 615 Lip. 26 P. 21 H.C. 67	30	Kcal 459 Lip. 21 P. 18 H.C. 49	31	Kcal 469 Lip. 23 P. 15 H.C. 48							
– Judías verdes rehogadas – Pechugas de pollo en salsa de champiñón – Fruta	– Espirales con tomate – Filete de abadejo en salsa marinera – Yogur sabores	– Garbanzos con verdura – Tortilla de patata con lechuga – Fruta	– Crema de calabaza y zanahoria – Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera – Fruta	– Borrajás estofadas – Huevos villaroy con lechuga – Yogur natural azucarado												