

Basal

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

01		02		03	Kcal 554 Lip. 23	P. 23 H.C. 62	04	Kcal 642 Lip. 22	P. 38 H.C. 72	05	Kcal 647 Lip. 17	P. 37 H.C. 88		
					- Judías verdes con tomate - Huevos con tomate y patatas - Fruta de temporada Pan			- Arroz tres delicias - Lomo adobado de cerdo con ensalada - Lácteo Pan			- Lentejas con Verdura - Filete de merluza romana con ensalada - Fruta de temporada Pan			
08	Kcal 900 Lip. 34	P. 28 H.C. 119	09	Kcal 770 Lip. 37	P. 31 H.C. 74	10	Kcal 693 Lip. 19	P. 44 H.C. 82	11	Kcal 588 Lip. 13	P. 35 H.C. 80	12	Kcal 891 Lip. 37	P. 40 H.C. 99
	- Fideuá - Varitas de merluza con lechuga - Fruta de temporada Pan			- Menestra de verduras - Hamburguesa de vacuno al horno en salsa jardinera - Lácteo Pan		- Alubias blancas con verdura - Filete de rape en salsa marinera con ensalada - Fruta de temporada Pan		- Crema de guisantes - Revuelto de patatas con patatas - Lácteo Pan			- Macarrones boloñesa - Revuelto de jamón york y queso con ensalada - Fruta de temporada Pan			
15	Kcal 645 Lip. 25	P. 39 H.C. 66	16	Kcal 733 Lip. 23	P. 46 H.C. 80	17	Kcal 870 Lip. 31	P. 25 H.C. 120	18	Kcal 740 Lip. 33	P. 40 H.C. 63	19	Kcal 767 Lip. 25	P. 23 H.C. 116
	- Crema de calabaza y zanahoria - Estofado de ternera con verduras a la cazadora - Fruta de temporada Pan			- Garbanzos con Verdura - Filete de halibut en salsa verde - Fruta de temporada Pan		- Espaguetis con atún - Tortilla de Patata con Ensalada - Fruta de temporada Pan		- Crema de puerros-vichyssoise - Pechugas de pollo rebozadas con ensalada - Lácteo Pan			- Paella de pescado - Rabas de calamar - Fruta de temporada Pan			
22		23		24	Kcal 705 Lip. 30	P. 23 H.C. 84	25	Kcal 749 Lip. 24	P. 45 H.C. 89	26	Kcal 727 Lip. 37	P. 19 H.C. 79		
					- Puré de verdura - Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera - Fruta de temporada Pan			- Lentejas con chorizo - Filete de merluza en salsa con ensalada - Lácteo Pan			- Ensalada campera - Nuggets de pollo con tomate - Fruta de temporada Pan			
29	Kcal 776 Lip. 29	P. 48 H.C. 69	30	Kcal 670 Lip. 24	P. 39 H.C. 69									
	- Ensalada de arroz - Filete de rape en salsa marinera con ensalada - Fruta de temporada Pan			- Crema de calabacín - Pechugas de pollo empanadas con patatas - Lácteo Pan										

