



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
	1 <b>FESTIVO</b>	2 Arroz tres delicias Hamburguesa con lechuga y tomate Fruta en almíbar Kcal:706 Hc:79 Pro:19 Lip:22	3 Lentejas estofadas Muslo de pollo asado con lechuga y maíz Fruta Kcal:665 Hc:64 Pro:37 Lip:31	4 Coditos con tomate Merluza en salsa verde con patatas Fruta Kcal:770 Hc:86 Pro:35 Lip:35
7 Crema de verduras Nuggets de pollo con lechuga y tomate Fruta Kcal:560 Hc:51 Pro:26 Lip:30	8 Arroz con verduras Merluza en salsa con zanahoria Yogur Kcal:582 Hc:71 Pro:27 Lip:22	9 Alubias blancas estofadas Albóndigas en salsa con guisantes Fruta en almíbar Kcal:603 Hc:49 Pro:26 Lip:13	10 Sopa de fideos Carne mechada con judías verdes salteadas Fruta Kcal:614 Hc:45 Pro:30 Lip:23	11 Tallarines con salsa de tomate Tortilla de atún con ensalada Yogur Kcal:696 Hc:56 Pro:25 Lip:42
14 Sopa de lluvia Pechuga de pollo empanada con pisto Fruta Kcal:583 Hc:55 Pro:30 Lip:29	15 Crema de calabacín Varitas de merluza con patatas Yogur Kcal:574 Hc:48 Pro:21 Lip:34	16 Potaje de garbanzos Salchichas con lechuga y maíz Fruta en almíbar Kcal:491 Hc:52 Pro:26 Lip:18	17 <b>J. GASTRONÓMICA FRANCESA</b> Macarrones a la Parisienne Pollo asado con miel y mostaza Mousse de chocolate Kcal:896 Hc:78 Pro:48 Lip:37	18 Arroz con tomate Merluza en salsa con lechuga y zanahoria Yogur Kcal:571 Hc:62 Pro:25 Lip:27
21 Lentejas a la riojana Empanadillas de atún con lechuga y maíz Fruta Kcal:897 Hc:101 Pro:35 Lip:42	22 Espaguetis con tomate Brocheta de pollo con zanahoria Yogur Kcal:717 Hc:63 Pro:32 Lip:37	23 Crema de zanahoria Tortilla de patatas con lechuga y tomate Fruta en almíbar Kcal:546 Hc:66 Pro:15 Lip:27	24 Sopa de picadillo Carne mechada con menestra Fruta Kcal:485 Hc:35 Pro:30 Lip:28	25 Paella con huevo duro Cazón en salsa con patatas al horno Yogur Kcal:757 Hc:86 Pro:36 Lip:30
28 Crema de calabaza Croquetas de bacalao con patatas fritas Fruta y pan Kcal:609 Hc:71 Pro:33 Lip:23	29 Fideuá Lomo adobado con ensalada Yogur Kcal:805 Hc:52 Pro:59 Lip:31	30 Garbanzos estofados Huevo duro en salsa de tomate con pisto Fruta en almíbar Kcal:639 Hc:58 Pro:31 Lip:34		