



lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

		1 Arroz tres delicias Tortilla francesa con lechuga y tomate Fruta en almíbar y pan Kcal:618 Hc:82 Pro:21 Lip:23	2 Lentejas con verduras Lomo adobado con judías verdes salteadas Fruta y pan Kcal:633 Hc:77 Pro:31 Lip:23	3 Espaguetis con tomate Halibut en salsa marinera con patatas Yogur y pan Kcal:679 Hc:95 Pro:30 Lip:20
6 Crema de calabacín Hamburguesa con patatas Fruta y pan Kcal:620 Hc:75 Pro:19 Lip:27	7 Lentejas estofadas Buñuelos de bacalao con lechuga y maíz Yogur y pan Kcal:698 Hc:86 Pro:32 Lip:25	8 Sopa de picadillo Carne mechada con patatas fritas Fruta en almíbar y pan Kcal:610 Hc:77 Pro:24 Lip:23	9 Arroz con tomate Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria Fruta y pan Kcal:664 Hc:94 Pro:18 Lip:24	10 Cocido andaluz con chorizo Pechuga de pollo empanada con ensalada Yogur y pan Kcal:706 Hc:85 Pro:33 Lip:25
13 Macarrones boloñesa Empanadillas de atún con lechuga y zanahoria Fruta y pan Kcal:719 Hc:96 Pro:21 Lip:28	14 Crema de calabaza Albóndigas en salsa con patatas Yogur y pan Kcal:707 Hc:89 Pro:22 Lip:28	15 Potaje de garbanzos Jamoncitos de pollo al horno con judías verdes salteadas Fruta en almíbar y pan Kcal:636 Hc:79 Pro:29 Lip:22	16 Paella mixta Salchichas con lechuga y maíz Fruta y pan Kcal:672 Hc:88 Pro:18 Lip:27	17 Alubias blancas estofadas Cazón en salsa con verduras Yogur y pan Kcal:678 Hc:81 Pro:36 Lip:23
20 Lentejas estofadas Lomo adobado con menestra Fruta y pan Kcal:651 Hc:80 Pro:31 Lip:23	21 Espaguetis con tomate Tortilla de patatas con lechuga y zanahoria Yogur y pan Kcal:689 Hc:94 Pro:25 Lip:24	22 Arroz tres delicias Pollo asado al limón con judías verdes salteadas Fruta en almíbar y pan Kcal:658 Hc:90 Pro:28 Lip:20	23 Alubias blancas estofadas Cordon Bleu con lechuga y tomate Fruta y pan Kcal:683 Hc:82 Pro:37 Lip:23	24 Crema de zanahoria Fogonero con tomate con patatas Yogur y pan Kcal:677 Hc:92 Pro:30 Lip:20
27 <b>FESTIVO</b>	28 <b>FESTIVO</b>			