












































































Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 1 - Arroz blanco salteado con champiñones Tortilla paisana c/ Lechuga y maíz  Pan y Yogur natural   Kcal:500 Prot:14,6 Lip:19,1 HC:68,3	- Día 2 - Judías blancas estofadas con verduras  Rombos de merluza c/ Lechuga       Pan y Fruta  Kcal:441 Prot:29,9 Lip:9,9 HC:61	- Día 3 - Crema de calabaza  Garbanzos estofados con verduras  Pan y Yogur natural   Kcal:434 Prot:40,7 Lip:9,8 HC:52,7
- Día 6 - Lentejas a la hortelana   Filete de bacalao rebozado c/ Ensalada variada      Pan y Fruta  Kcal:667 Prot:33,8 Lip:16,2 HC:98,1	- Día 7 - Arroz con verduras Hamburguesa vegetal con patata cuadro   Pan y Yogur natural    Kcal:644 Prot:26,7 Lip:33,5 HC:63	- Día 8 - Sopa de verduras Menestra de verduras rehogadas con cebollita Pan y Fruta  Kcal:249 Prot:8,7 Lip:7,6 HC:40,4	- Día 9 - Farfalle a la napolitana   Filete de merluza en salsa  Pan y Yogur natural    Kcal:428 Prot:20,9 Lip:15,4 HC:54,6	- Día 10 - Crema de verduras  Tortilla francesa c/ Lechuga y zanahoria   Pan y Fruta   Kcal:338 Prot:11,9 Lip:10,5 HC:51,5
- Día 13 - Patatas guisadas con verduras  Crema de calabaza   Pan y Yogur natural   Kcal:327 Prot:11,4 Lip:7,7 HC:56,7	- Día 14 - Judías verdes ecologicas con ajito y zanahoria Coliflor rehogada con pimenton Pan y Fruta  Kcal:242 Prot:8 Lip:7,6 HC:38,9	- Día 15 - Arroz con verduras Tortilla española c/ Ensalada variada    Pan y Yogur natural   Kcal:605 Prot:20,7 Lip:19,2 HC:88,8	- Día 16 - Sopa de verduras Garbanzos con espinacas  Pan y Fruta  Kcal:359 Prot:15,7 Lip:6,9 HC:62,4	- Día 17 - Crema de zanahoria  Hamburguesa vegetal con salsa de zanahoria  Pan y Fruta  Kcal:365 Prot:12,4 Lip:9,3 HC:60,8
- Día 20 - Lentejas con arroz Varitas de merluza c/ Lechuga   Pan y Fruta   Kcal:350 Prot:15,5 Lip:10,3 HC:51,6	- Día 21 - Crema de calabacin  Bacalao con cebollitas y bolas de patata   Pan y Fruta  Kcal:280 Prot:13,5 Lip:8,5 HC:41	- Día 22 - Macarrones con salsa de tomate   Menestra de verduras Pan y Yogur natural   Kcal:444 Prot:15,5 Lip:13,5 HC:67,8	- Día 23 - Hamburguesa vegetal con patata cuadro   Pan y Fruta  Kcal:474 Prot:21,1 Lip:27,9 HC:38,1	- Día 24 - Sopa de verduras Tortilla francesa c/ Ensalada variada   Pan y Yogur natural   Kcal:529 Prot:22,2 Lip:15,1 HC:78,1

