























Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<p align="right">- Día 1 -</p> <p><b>Paella mixta</b></p>  <p><b>Tortilla paisana c/ Lechuga y maíz</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Yogur natural</b></p> <p>Kcal:580 Prot:17 Lip:19 HC:79,4</p>	<p align="right">- Día 2 -</p> <p><b>Judías blancas estofadas con verduras</b></p>  <p><b>Filete de merluza en salsa con daditos de calabacin c/ Lechuga</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Fruta</b></p> <p>Kcal:525 Prot:24,6 Lip:10,9 HC:78,2</p>	<p align="right">- Día 3 -</p> <p><b>Crema de calabaza</b></p>  <p><b>Pechuga de pavo con patata dado</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Yogur natural</b></p> <p>Kcal:495 Prot:28,9 Lip:12,3 HC:63,5</p>
<p align="right">- Día 6 -</p> <p><b>Menestra de verduras rehogadas con cebollita</b></p> <p><b>Bacalao al horno con daditos de zanahoria c/ Ensalada variada</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Fruta</b></p> <p>Kcal:461 Prot:13,1 Lip:9,1 HC:76,8</p>	<p align="right">- Día 7 -</p> <p><b>Arroz con verduras</b></p> <p><b>Ragout de ternera en salsa con patatas</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Yogur natural</b></p> <p>Kcal:625 Prot:20,9 Lip:25,9 HC:74</p>	<p align="right">- Día 8 -</p> <p><b>Sopa (pasta sin gluten/huevo)</b></p> <p><b>Filete de pollo en su jugo con tiras de pimiento</b></p> <p><b>Pan sin gluten y Fruta</b></p> <p>Kcal:389 Prot:25,4 Lip:9,2 HC:48,9</p>	<p align="right">- Día 9 -</p> <p><b>Pasta (sin gluten/huevo)</b></p> <p><b>Filete de merluza en salsa</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Yogur natural</b></p> <p>Kcal:398 Prot:17,1 Lip:12,4 HC:50,8</p>	<p align="right">- Día 10 -</p> <p><b>Crema de verduras</b></p>  <p><b>Tortilla francesa c/ Lechuga y zanahoria</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Fruta</b></p> <p>Kcal:441 Prot:11,5 Lip:11,9 HC:67,5</p>
<p align="right">- Día 13 -</p> <p><b>Patatas a la riojana</b></p>  <p><b>Lomo de sajonia encebollado</b></p> <p><b>Pan sin gluten y Yogur natural</b></p> <p>Kcal:634 Prot:25,1 Lip:30,3 HC:61,6</p>	<p align="right">- Día 14 -</p> <p><b>Judías verdes ecologicas con ajito y zanahoria</b></p> <p><b>Filete de pollo en salsa con patatas</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Fruta</b></p> <p>Kcal:440 Prot:18,7 Lip:14,5 HC:55,3</p>	<p align="right">- Día 15 -</p> <p><b>Arroz con verduras</b></p> <p><b>Tortilla española c/ Ensalada variada</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Yogur natural</b></p> <p>Kcal:708 Prot:20,3 Lip:20,6 HC:104,8</p>	<p align="right">- Día 16 -</p> <p><b>Sopa (pasta sin gluten/huevo)</b></p> <p><b>Cocido madrileño completo</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Fruta</b></p> <p>Kcal:554 Prot:20,4 Lip:20,6 HC:73,2</p>	<p align="right">- Día 17 -</p> <p><b>Crema de zanahoria</b></p>  <p><b>Cinta de lomo adobada con champiñones</b></p> <p><b>Pan sin gluten y Fruta</b></p> <p>Kcal:601 Prot:21,8 Lip:29,8 HC:58,5</p>
<p align="right">- Día 20 -</p> <p><b>Garbanzos con espinacas</b></p>  <p><b>Filete de merluza a la jardinera c/ Lechuga</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Fruta</b></p> <p>Kcal:490 Prot:21,8 Lip:9,2 HC:76,4</p>	<p align="right">- Día 21 -</p> <p><b>Crema de calabacin</b></p>  <p><b>Magro de cerdo en salsa con verduritas y patatas</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Fruta</b></p> <p>Kcal:412 Prot:16,5 Lip:10,9 HC:58,6</p>	<p align="right">- Día 22 -</p> <p><b>Pasta (sin gluten/huevo)</b></p> <p><b>Filete de pollo en su jugo con tiras de pimiento</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Yogur natural</b></p> <p>Kcal:429 Prot:27,8 Lip:10,9 HC:51,3</p>	<p align="right">- Día 23 -</p> <p><b>Hamburguesa de vacuno 100% encebollada</b></p> <p><b>Pan sin gluten y Fruta</b></p> <p>Kcal:445 Prot:16,3 Lip:19,7 HC:46,8</p>	<p align="right">- Día 24 -</p> <p><b>Sopa de verduras</b></p> <p><b>Tortilla francesa con jamon york c/ Ensalada variada</b></p>  <p><b>Pan sin gluten y Yogur natural</b></p> <p>Kcal:638 Prot:29,6 Lip:18,5 HC:83,8</p>

