






















































































Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 1 - <b>Arroz con champiñones</b>  <b>Tortilla paisana c/ Lechuga y maíz</b>   <b>Pan y Yogur natural</b>   Kcal:500 Prot:14,6 Lip:19,1 HC:68,3	- Día 2 - <b>Judías blancas estofadas con verduras</b>  <b>Salchichas frescas con tomate c/ Lechuga</b>    <b>Pan y Fruta</b>  Kcal:433 Prot:26 Lip:8,8 HC:65,4	- Día 3 - <b>Crema de calabaza</b>  <b>Pechuga de pavo con patata dado</b>   <b>Pan y Yogur natural</b>   Kcal:392 Prot:29,3 Lip:10,9 HC:47,5
- Día 6 - <b>Lentejas a la hortelana</b>    <b>Ragout de ternera en salsa con patatas c/ Ensalada variada</b>     <b>Pan y Fruta</b>  Kcal:679 Prot:33,7 Lip:23,1 HC:86,2	- Día 7 - <b>Arroz con verduras</b>  <b>Albondigas de burger meat mixta en salsa casera con patatas cuadro</b>      <b>Pan y Yogur natural</b>   Kcal:563 Prot:19,6 Lip:26,5 HC:65,3	- Día 8 - <b>Sopa de fideos</b>    <b>Filete de pollo en su jugo con tiras de pimienta</b>  <b>Pan y Fruta</b>  Kcal:292 Prot:25,8 Lip:7,8 HC:32,9	- Día 9 - <b>Farfalle a la napolitana</b>    <b>Salchichas de pavo en salsa con patatas</b>      <b>Pan y Yogur natural</b>    Kcal:624 Prot:25,7 Lip:27,7 HC:71,2	- Día 10 - <b>Crema de verduras</b>   <b>Tortilla francesa c/ Lechuga y zanahoria</b>   <b>Pan y Fruta</b>   Kcal:338 Prot:11,9 Lip:10,5 HC:51,5
- Día 13 - <b>Patatas a la riojana</b>   <b>Lomo de sajonia encebollado</b>  <b>Pan y Yogur natural</b>   Kcal:531 Prot:25,5 Lip:28,9 HC:45,6	- Día 14 - <b>Judías verdes ecologicas con ajito y zanahoria</b>  <b>Filete de pollo empanado</b>      <b>Pan y Fruta</b>  Kcal:353 Prot:17,7 Lip:8 HC:55,9	- Día 15 - <b>Arroz con verduras</b>  <b>Tortilla española c/ Ensalada variada</b>      <b>Pan y Yogur natural</b>   Kcal:605 Prot:20,7 Lip:19,2 HC:88,8	- Día 16 - <b>Sopa de cocido</b>    <b>Cocido madrileño completo</b>   <b>Pan y Fruta</b>  Kcal:457 Prot:20,8 Lip:19,2 HC:57,2	- Día 17 - <b>Crema de zanahoria</b>   <b>Cinta de lomo adobada con champiñones</b>  <b>Pan y Fruta</b>  Kcal:498 Prot:22,2 Lip:28,4 HC:42,5
- Día 20 - <b>Lentejas con arroz</b>   <b>Filete de ternera con patatas c/ Lechuga</b>    <b>Pan y Fruta</b>  Kcal:136 Prot:3,9 Lip:2 HC:29	- Día 21 - <b>Crema de calabacin</b>   <b>Magro de cerdo en salsa con verduritas y patatas</b>   <b>Pan y Fruta</b>  Kcal:309 Prot:16,9 Lip:9,5 HC:42,6	- Día 22 - <b>Macarrones con salsa de tomate</b>    <b>Filete de pollo en su jugo con tiras de pimienta</b>  <b>Pan y Yogur natural</b>   Kcal:499 Prot:32,8 Lip:14,5 HC:62,1	- Día 23 - <b>Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas cuadro</b>      <b>Pan y Fruta</b>  Kcal:368 Prot:16,2 Lip:19,1 HC:36,3	- Día 24 - <b>Sopa de letras</b>    <b>Tortilla francesa con jamon york c/ Ensalada variada</b>      <b>Pan y Yogur natural</b>    Kcal:520 Prot:29,5 Lip:16,2 HC:65,8

