

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			- Día 1 -	- Día 2 -
- Día 5 - Arroz con verduras Pechuga de pavo con pimientos Pan y Fruta Kcal:375 Prot:25,8 Lip:9,3 HC:51,3	- Día 6 - Sopa (pasta sin gluten/huevo) Jamoncitos de pollo con patatas Pan y Fruta Kcal:303 Prot:19,9 Lip:11,4 HC:34,9	- Día 7 - Crema de calabaza Albondigas burger meat mixta en salsa de tomate con zanahoria Pan y Fruta Kcal:413 Prot:17,6 Lip:20,4 HC:43,1	- Día 8 - Lentejas estofadas con verduras Ragout de ternera en salsa c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta Kcal:652 Prot:29 Lip:34,5 HC:59,6	- Día 9 - Arroz con pollo Filete de merluza en salsa con verduritas Pan y Fruta Kcal:325 Prot:16,8 Lip:9,3 HC:46,9
- Día 12 - Sopa (pasta sin gluten/huevo) Filete de pollo al horno c/ Lechuga y zanahoria Pan y Fruta Kcal:296 Prot:28,5 Lip:8,1 HC:32,1	- Día 13 - Paella mixta Cinta de lomo fresca en salsa con zanahoria baby Pan y Fruta Kcal:420 Prot:25,5 Lip:15,3 HC:48,1	- Día 14 - Ensalada de pasta sin huevo (pasta, atun, zanahoria, y maíz) Varitas de merluza c/ Ensalada variada Pan y Fruta Kcal:471 Prot:20,2 Lip:14,6 HC:67,4	- Día 15 - Garbanzos con espinacas Salchichas de pavo con jardinera de verduras Pan y Fruta Kcal:597 Prot:28,5 Lip:23,5 HC:70,9	- Día 16 - Crema de verduras Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas cuadro Pan y Fruta Kcal:430 Prot:18 Lip:21 HC:45,8
- Día 19 - Crema de guisantes Cinta de lomo fresca con champiñon Pan y Fruta Kcal:392 Prot:33 Lip:9,7 HC:46,3	- Día 20 - Arroz blanco con salsa de tomate Jamoncitos de pollo con verduras Pan y Fruta Kcal:448 Prot:20,8 Lip:14 HC:55,2	- Día 21 - Lentejas a la hortelana Filete de bacalao rebozado c/ lechuga y maiz Pan y Fruta Kcal:516 Prot:27,2 Lip:14,3 HC:72,6	- Día 22 - Crema vichy Lomo de sajonia encebollada con calabacin Pan y Fruta Kcal:302 Prot:19,9 Lip:7,8 HC:41,6	- Día 23 - Pasta (sin gluten/huevo) Filete de merluza al horno con patatas fritas Pan y Fruta Kcal:216 Prot:12,2 Lip:7 HC:29,3
- Día 26 - Crema de judias verdes Ragout de ternera en salsa con patatas Pan y Fruta Kcal:419 Prot:18 Lip:20,8 HC:43,4	- Día 27 - Lentejas a la riojana Bacalao en salsa con guisantes Pan y Fruta Kcal:453 Prot:29 Lip:13 HC:58,5	- Día 28 - Patatas guisadas con verduras Pollo asado al limon c/ lechuga y remolacha Pan y Fruta Kcal:348 Prot:20,6 Lip:11,5 HC:44,2	- Día 29 - Pasta (sin gluten/huevo) Filete de merluza a la gallega Pan y Fruta Kcal:226 Prot:14,4 Lip:6,1 HC:31,9	- Día 30 - Sopa (pasta sin gluten/huevo) Cocido madrileño completo Pan y Fruta Kcal:451 Prot:20,8 Lip:19,2 HC:57,2

