

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			- Día 1 -	- Día 2 -
<p>- Día 5 -</p> <p><b>Arroz con verduras</b></p> <p><b>Pechuga de pavo con pimientos</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:375 Prot:25,8 Lip:9,3 HC:51,3</p>	<p>- Día 6 -</p> <p><b>Sopa (pasta sin gluten/huevo)</b></p> <p><b>Jamoncitos de pollo con patatas</b></p> <p><b>Pan y Yogur natural azucarado</b> Kcal:380 Prot:23,6 Lip:12,8 HC:47,4</p>	<p>- Día 7 -</p> <p><b>Crema de calabaza</b></p> <p><b>Albondigas burger meat mixta en salsa de tomate con zanahoria</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:413 Prot:17,6 Lip:20,4 HC:43,1</p>	<p>- Día 8 -</p> <p><b>Lentejas estofadas con verduras</b></p> <p><b>Ragout de ternera en salsa de champiñones c/ Lechuga y remolacha</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:553 Prot:27,5 Lip:24,1 HC:59,8</p>	<p>- Día 9 -</p> <p><b>Arroz con pollo</b></p> <p><b>Filete de merluza en salsa con verduritas</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:325 Prot:16,8 Lip:9,3 HC:46,9</p>
<p>- Día 12 -</p> <p><b>Sopa (pasta sin gluten/huevo)</b></p> <p><b>Filete de pollo empanado c/ Lechuga y zanahoria</b></p> <p><b>Pan y Yogur sabor</b> Kcal:407 Prot:20,8 Lip:8,7 HC:66,2</p>	<p>- Día 13 -</p> <p><b>Paella mixta</b></p> <p><b>Cinta de lomo fresca en salsa con zanahoria baby</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:420 Prot:25,5 Lip:15,3 HC:48,1</p>	<p>- Día 14 -</p> <p><b>Ensalada de pasta sin huevo (pasta, atun, zanahoria, y maiz)</b></p> <p><b>Varitas de merluza c/ ensalada variada</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:533 Prot:20,2 Lip:14,6 HC:67,4</p>	<p>- Día 15 -</p> <p><b>Garbanzos con espinacas</b></p> <p><b>Salchichas de pavo con jardinera de verduras</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:597 Prot:28,5 Lip:23,5 HC:70,9</p>	<p>- Día 16 -</p> <p><b>Crema de verduras</b></p> <p><b>Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas cuadro</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:430 Prot:18 Lip:21 HC:45,8</p>
<p>- Día 19 -</p> <p><b>Crema de guisantes</b></p> <p><b>Cinta de lomo adobada con champiñones</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:522 Prot:24,6 Lip:28,7 HC:44,8</p>	<p>- Día 20 -</p> <p><b>Arroz blanco con salsa de tomate</b></p> <p><b>Jamoncitos de pollo con verduras</b></p> <p><b>Pan y Yogur natural azucarado</b> Kcal:525 Prot:24,5 Lip:15,4 HC:67,7</p>	<p>- Día 21 -</p> <p><b>Lentejas a la hortelana</b></p> <p><b>Filete de bacalao rebozado c/ lechuga y maiz</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:516 Prot:27,2 Lip:14,3 HC:72,6</p>	<p>- Día 22 -</p> <p><b>Crema vichy</b></p> <p><b>Lomo de sajonia encebollada con calabacin</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:302 Prot:19,9 Lip:7,8 HC:41,6</p>	<p>- Día 23 -</p> <p><b>Pasta (sin gluten/huevo)</b></p> <p><b>Filete de merluza al horno c/patatas fritas</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:216 Prot:12,2 Lip:7 HC:29,3</p>
<p>- Día 26 -</p> <p><b>Crema de judias verdes</b></p> <p><b>Ragout de ternera en salsa con patatas</b></p> <p><b>Pan y Yogur sabor</b> Kcal:496 Prot:21,7 Lip:22,2 HC:55,9</p>	<p>- Día 27 -</p> <p><b>Lentejas a la riojana</b></p> <p><b>Bacalao en salsa con guisantes</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:453 Prot:29 Lip:13 HC:58,5</p>	<p>- Día 28 -</p> <p><b>Patatas guisadas con verduras</b></p> <p><b>Pollo asado al limon c/ lechuga y remolacha</b></p> <p><b>Pan y Yogur natural azucarado</b> Kcal:425 Prot:24,3 Lip:12,9 HC:56,7</p>	<p>- Día 29 -</p> <p><b>Pasta (sin gluten/huevo)</b></p> <p><b>Filete de merluza a la gallega</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:226 Prot:14,4 Lip:6,1 HC:31,9</p>	<p>- Día 30 -</p> <p><b>Sopa (pasta sin gluten/huevo)</b></p> <p><b>Cocido madrileño completo</b></p> <p><b>Pan y Fruta</b> Kcal:451 Prot:20,8 Lip:19,2 HC:57,2</p>

