



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	E:688 G:24.7 P:25.0 H:82.3 Garbanzos estofados con espinacas Tortilla de patatas con tomate natural Pan integral, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:658 G:20.5 P:26.5 H:84.0 Lentejas con zanahorias y arroz Pez espada al horno al ajo perejil con tomate natural Pan integral, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:702 G:22.8 P:25.1 H:94.3 Ensalada de lechuga, tomate y pepino Macarrones con ternera Pan integral, yogur y agua	E:638 G:21.2 P:20.3 H:86.5 Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Arroz guisado con rosada Pan integral, fruta 4ª gama ecológica y agua	Festivo	Festivo
E:657 G:22.7 P:26.7 H:80.9 Ensalada de lechuga, tomate y kiwi Estofado de patatas atún blanco Pan blanco, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:670 G:23.4 P:23.9 H:85.7 Macarrones con pisto Tortilla de verduras con tomate Pan integral, yogur y agua	E:680 G:20.0 P:25.0 H:90.5 Ensalada de lechuga, tomate y pepino Habichuelas estofadas con chorizo Pan blanco, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:694 G:24.1 P:27.9 H:84.6 Garbanzos estofados con patatas y acelgas Pollo asado con tomate natural Pan blanco, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:646 G:21.3 P:20.5 H:87.9 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Arroz guisado con rosada Pan integral, fruta 4ª gama ecológica y agua	Festivo	Festivo
E:686 G:21.0 P:22.5 H:95.3 Crema de coliflor, patata y tomate Merluza al horno con ajillos y patata asada Pan blanco, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:701 G:26.4 P:26.5 H:83.9 Ensalada de lechuga, tomate y soja Codillos con ternera Pan integral, yogur y agua	E:631 G:20.3 P:25.6 H:80.7 Cocido con berza y patatas Panga a la plancha con lechuga Pan blanco, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:647 G:20.7 P:23.4 H:86.2 Ensalada de lechuga, tomate y remolacha Arroz guisado con pollo Pan integral, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:674 G:22.2 P:25.7 H:82.9 Lentejas con menestra Tortilla de patatas con tomate natural Pan integral, fruta 4ª gama ecológica y agua	Festivo	Festivo
E:610 G:20.1 P:20.7 H:81.3 Ensalada de lechuga, tomate y kiwi Estofado de patatas, calamares, mejillones y gambas Pan blanco, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:705 G:26.5 P:25.4 H:82.3 Garbanzos estofados con patatas y acelgas Tortilla francesa con tomate natural Pan integral, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:708 G:22.0 P:25.3 H:98.8 Ensalada de lechuga, tomate y pepino Macarrones con ternera Pan blanco, yogur y agua	E:639 G:20.9 P:25.5 H:82.0 Crema de zanahorias y arroz Lenguado al horno en salsa española con lechuga Pan integral, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:689 G:20.1 P:25.2 H:92.2 Ensalada de lechuga, tomate y maíz Habichuelas estofadas con chorizo Pan blanco, fruta 4ª gama ecológica y agua	Festivo	Festivo
E:632 G:20.8 P:21.8 H:85.7 Crema de calabacín y arroz Merluza al horno salsa española con lechuga Pan blanco, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:694 G:22.8 P:24.2 H:92.4 Ensalada de lechuga, tomate y soja Macarrones con ternera Pan blanco, fruta 4ª gama ecológica y agua	E:698 G:21.4 P:26.5 H:91.0 Lentejas con menestra Tortilla de patatas con tomate natural Pan blanco, fruta 4ª gama ecológica y agua				

E: Energía en kcal, G: Grasas en gramos, P: Proteínas en gramos, H: Hidratos de Carbono en gramos