

| Lunes   | Martes   | Miércoles  | Jueves   | Viernes  |
|---|--|--|--|--|
| <b>7 RECOMENDACIÓN FESTIVO</b><br>CREMA DE CALABAZA ECOLÓGICA<br>ATÚN ENCEBOLLADO CON PATATAS PANADERAS<br>PAN BLANCO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>569,53KCAL 22,79P 16,56L 0,2gAGS 84HC 0gAZ 0,02gSAL  | LENTEJAS CON ARROZ ECOLÓGICAS<br>(LENTEJA,ZANAHORIA,ARROZ)<br>MEDIAS LUNAS DE HUEVO<br>0<br>ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS<br>PAN BLANCO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>609,31KCAL 16,08P 31,78L 1,76gAGS 53,16%HC 14,60gAZ 3,58gSAL  | MACARRONES ECOLÓGICOS CON PISTO<br>0<br>HAMBURGUESA DE TERNERA Y CERDO AL HORNO<br>0<br>GUARNICION DE LECHUGA Y ZANAHORIA<br>PAN INTEGRAL Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>607,32KCAL 14,4P 29,68L 1,76gAGS 56,13%HC 14,6gAZ 3,58gSAL                                | ENSALADA COMPLETA<br>(LECHUGA,ZANAHORIA,TOMATE,ACEITUNAS,MAIZ)<br>POTAJE DE GARBANZOS<br>(GARBANZO, ARROZ, ZANAHORIA, PATATA)<br>0<br>PAN BLANCO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>617,22KCAL 10,7P 34,26L 2,68gAGS 57,57%HC 15,01gAZ 3,69gSAL                                  | ARROZ CALDOSO ECOLÓGICO CON VERDURA<br>(CEBOLLA,ZANAHORIA,PIMIENTO)<br>MERLUZA EN SALSA VERDE<br>0<br>0<br>PAN BLANCO Y AGUA<br>YOGUR<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>603,45KCAL 14,57P 32,17L 3,42gAGS 53,96%HC 4,08gAZ 3,7gSAL   |
| <b>14</b><br>ENSALADA MIXTA<br>(LECHUGA,ZANAHORIA,TOMATE,ACEITUNAS)<br>PAELLA DE CARNE<br>0<br>0<br>PAN BLANCO ECO Y AGUA<br>YOGUR<br>622,41KCAL 11,72P 38,46L 3,28gAGS 59,52%HC 13,61gAZ 3,7gSAL   | <b>15</b><br>MACARRONES ECOLÓGICOS CON PISTO<br>0<br>POLLO ASADO AL AJILLO<br>0<br>0<br>PAN INTEGRAL ECO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>655,53KCAL 15,94P 30,48L 2,95gAGS 51,3%HC 7,4gAZ 3,46gSAL  | <b>16</b><br>ALUBIAS ECOLÓGICAS A LA JARDINERA<br>(PATATA,ZANAHORIA,ARROZ,PIMIENTO)<br>TORTILLA FRANCESA CASERA<br>0<br>0<br>ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ<br>PAN BLANCO ECO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>641,7KCAL 16,15P 28,28L 1,6gAGS 56,67%HC 12,9gAZ 3,56gSAL | <b>17</b><br>CAZUELA DE VERDURAS CON FIDEOS<br>(PASTA,ZANAHORIA,CEBOLLA,CALABACIN,PIMIENTO)<br>MERLUZA EN SALSA MARINERA<br>0<br>0<br>PAN BLANCO ECO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>619,68KCAL 12,99P 29,4L 1,31gAGS 57,27%HC 16,99gAZ 3,29gSAL                              | <b>18</b><br>LENTEJAS ESTOFADAS ECOLÓGICAS<br>(CALABAZA, PIMIENTO, TOMATE, PATATA, ARROZ)<br>TORTILLA DE PATATA CASERA<br>0<br>0<br>GUARNICIÓN DE LECHUGA Y TOMATE<br>PAN BLANCO ECO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>670,9KCAL 14,91P 27,84L 0,15gAGS 57,20%HC 11,12gAGS 0,67gSAL |
| <b>21</b><br>ENSALADA COMPLETA<br>(LECHUGA,ZANAHORIA,TOMATE,ACEITUNAS,MAIZ)<br>ALUBIAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y MORCILLA<br>(PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO)<br>0<br>0<br>PAN BLANCO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>591,98KCAL 12,85P 32,94L 2,68g AGS 54,98%HC 15,01 g AZ 3,69 SAL | <b>22</b><br>CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICA<br>0<br>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA<br>(ZANAHORIA,GUISANTE,CEBOLLA)<br>0<br>0<br>PAN INTEGRAL Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>605,04KCAL 11,45P 29,49L 1,05 g AGS 58,45%HC 13,39 AZ 1,87 SAL  | <b>23</b><br>SOPA ECOLÓGICA DE PASTA<br>(PASTA, CEBOLLA, ZANAHORIA)<br>TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN<br>0<br>0<br>PAN BLANCO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>559,11KCAL 13,83P 31,75L 0,15 g AGS 55,68%HC 11,12 Az 0,67SAL   | <b>24</b><br>LENTEJAS A LA RIOJANA ECOLÓGICAS CON HORTALIZAS<br>(PATATA,TOMATE,ZANAHORIA,PIMIENTO)<br>SALMÓN AL HORNO<br>0<br>0<br>ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO<br>PAN BLANCO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>659,17KCAL 13,92P 30,04L 1,76 g AGS 53,03%HC 15,91g AZ 3,45 SAL | <b>25</b><br>ESPIRALES ECOLÓGICAS CON VERDURAS<br>0<br>MEDIAS LUNAS DE HUEVO<br>0<br>0<br>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA<br>PAN BLANCO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>615,31KCAL 13,55P 30,85L 1,57g AGS 56,43HC 17 g AZ 3,78 SAL   |
| <b>28</b><br>CREMA DE VERDURAS ECOLÓGICA<br>(PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN)<br>SALCHICHA DE CERDO AL HORNO CON PATATA ASADA<br>0<br>0<br>PAN BLANCO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>591,98KCAL 12,85P 32,94L 2,68g AGS 54,98%HC 15,01 g AZ 3,69 SAL                               | <b>29</b><br>CHICHAROS ECOLÓGICOS A LA CAMPESINA<br>(ALUBIA,PATATA,ARROZ,PIMIENTO,ZANAHORIA)<br>TORTILLA FRANCESA CASERA<br>0<br>0<br>ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNA<br>PAN INTEGRAL Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>605,04KCAL 11,45P 29,49L 1,05 g AGS 58,45%HC 13,39 AZ 1,87 SAL | <b>30</b><br>MACARRONES ECOLÓGICOS CON SALTEADO DE CALABACÍN<br>0<br>ABADEJO AL HORNO<br>0<br>0<br>ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ<br>PAN BLANCO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>559,11KCAL 13,83P 31,75L 0,15 g AGS 55,68%HC 11,12 Az 0,67SAL                           | <b>31</b><br>ENSALADA MIXTA<br>(LECHUGA,ZANAHORIA,TOMATE,ACEITUNAS)<br>POTAJE DE GARBANZOS<br>(GARBANZO, ARROZ, ZANAHORIA, PATATA)<br>0<br>0<br>PAN BLANCO Y AGUA<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>659,17KCAL 13,92P 30,04L 1,76 g AGS 53,03%HC 15,91g AZ 3,45 SAL                    | <b>32</b><br>ARROZ EN AMARILLO CON VERDURAS REHOGADAS ECOLÓGICO<br>0<br>MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES<br>0<br>0<br>PAN BLANCO Y AGUA<br>YOGUR<br>TEMPORADA , FRUTA VARIADA (MANZANA, PERA, MANDARINA, PLATANO,<br>615,31KCAL 13,55P 30,85L 1,57g AGS 56,43HC 17 g AZ 3,78 SAL   |
|   |  |  |  |  |