



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

01
 Ensalada variada con atún (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y atún)
 Lentejas caseras ecológicas
 Fruta fresca
 Pan blanco ecológico
 Kcal: 608,49 Prot: 23,12 Lip: 20,23 HC: 83,59

04
 Arroz con salsa de tomate ecológico
 Tortilla de patata y calabacín con ensalada (lechuga, zanahoria)
 Fruta fresca
 Pan blanco ecológico
 Kcal: 695,55 Prot: 15,63 Lip: 22,43 HC: 102,19

05
 Ensalada mixta (lechuga, tomate, maíz, zanahoria)
 Potaje de garbanzos
 Yogur
 Pan integral ecológico
 Kcal: 624,82 Prot: 21,04 Lip: 20,92 HC: 80,69

06
FESTIVO

07
 Lentejas castellanas ecológicas
 Huevos duros con guisantes y pimientos con zanahoria baby salteada
 Fruta 4ª Gama
 Pan integral ecológico
 Kcal: 615,09 Prot: 22,80 Lip: 20,53 HC: 82,70

08
FESTIVO

11
 Espaguetis con salsa de tomate ecológico
 Tortilla francesa con verduras salteadas
 Yogur
 Pan blanco ecológico
 Kcal: 653,24 Prot: 23,55 Lip: 20,27 HC: 90,87

12
 Ensalada variada con atún (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y atún)
 Alubias blancas estofadas
 Fruta fresca
 Pan integral ecológico
 Kcal: 632,02 Prot: 23,93 Lip: 19,57 HC: 81,58

13
 Crema parmentiere ecológica
 Hamburguesa de ternera al horno con ensalada (lechuga, tomate)
 Fruta fresca
 Pan blanco ecológico
 Kcal: 663,41 Prot: 21,89 Lip: 24,22 HC: 82,78

14
 Sopa de puchero ecológica
 Merluza en salsa de pimientos con pisto
 Fruta 4ª Gama
 Pan integral ecológico
 Kcal: 627,32 Prot: 20,82 Lip: 20,26 HC: 97,89

15
 Lentejas con zanahoria ecológicas
 Tortilla de patata y cebolla con ensalada (lechuga y zanahoria)
 Fruta fresca
 Pan blanco ecológico
 Kcal: 705,36 Prot: 19,90 Lip: 26,02 HC: 97,69

18
 Macarrones con salsa de tomate ecológico
 Palometa en salsa de puerros con zanahoria baby salteada
 Fruta fresca
 Pan blanco ecológico
 Kcal: 620,05 Prot: 26,14 Lip: 15,59 HC: 86,72

19
 Ensalada variada con queso (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y queso fresco)
 Lentejas estofadas ecológicas
 Zumo natural de naranja ecológico
 Pan integral ecológico
 Kcal: 647,30 Prot: 20,52 Lip: 25,83 HC: 80,50

20
 Cazuela de arroz con pollo
 Hueva cocido con salsa de tomate con ensalada (lechuga, tomate)
 Fruta 4ª Gama
 Pan blanco ecológico
 Kcal: 692,76 Prot: 22,95 Lip: 25,13 HC: 91,72

21
 Crema de calabaza ecológica
 Cinta de lomo fresca a la jardinera con patata panadera ecológica
 Fruta fresca
 Pan integral ecológico
 Kcal: 656,72 Prot: 24,28 Lip: 21,48 HC: 85,59

22
 Garbanzos guisados
 Tortilla de patata y atún con menestra de verduras
 Fruta fresca
 Pan blanco ecológico
 Kcal: 696,37 Prot: 21,61 Lip: 24,16 HC: 93,24

25

26

27

28

29
 Puedes solicitar a nuestro personal la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias, en cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor
 Atentamente