



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

**FESTIVO**

**06**  
Macarrones con salsa de tomate ecológicos  
Palometa en salsa de puerros con zanahoria baby salteada  
Fruta fresca  
Pan blanco ecológico

**07**  
Ensalada variada con queso fresco (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y queso fresco)  
Lentejas estofadas ecológicas  
Fruta fresca  
Pan integral ecológico

**08**  
Cazuela de arroz con pollo  
Huevo cocido con salsa de tomate con ensalada (lechuga y tomate)  
Fruta 4ª Gama  
Pan blanco ecológico  
Kcal: 692,76 Prot: 22,95 Lip: 25,13 HC: 91,72

**09**  
Crema de calabaza ecológica  
Cinta de lomo fresca a la jardinera con patatas panaderas ecológica  
Fruta fresca  
Pan integral ecológico  
Kcal: 656,72 Prot: 24,28 Lip: 21,48 HC: 85,59

**10**  
Garbanzos guisados  
Tortilla de patatas y atún con menestra de verduras  
Fruta fresca  
Pan blanco ecológico  
Kcal: 696,37 Prot: 21,61 Lip: 24,16 HC: 93,24

**13**  
Lentejas a la campesina ecológicas  
Filete de abadejo al horno con ensalada (lechuga y zanahoria)  
Fruta fresca  
Pan blanco ecológico  
Kcal: 627,64 Prot: 26,79 Lip: 22,02 HC: 80,44

**14**  
Arroz con tomate ecológico  
Tortilla francesa con verduras salteadas  
Yogur  
Pan integral ecológico  
Kcal: 613,69 Prot: 22,42 Lip: 20,30 HC: 82,76

**15**  
Ensalada variada con atún (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y atún)  
Garbanzos estofados  
Fruta fresca  
Pan blanco ecológico  
Kcal: 655,42 Prot: 24,34 Lip: 20,55 HC: 87,36

**16**  
Sopa de fideos  
Tortilla de patatas y cebolla con ensalada (lechuga, tomate y maíz)  
Fruta 4ª Gama  
Pan integral ecológico  
Kcal: 642,08 Prot: 16,91 Lip: 23,36 HC: 87,17

**17**  
Crema de calabacín ecológica  
Albóndigas mixtas de ternera y cerdo en salsa española con arroz pilaf  
Fruta fresca  
Pan blanco ecológico  
Kcal: 668,54 Prot: 16,23 Lip: 24,81 HC: 92,13

**20**  
Patatas guisadas ecológicas  
Merluza en salsa verde con zanahoria baby salteada  
Fruta fresca  
Pan blanco ecológico  
Kcal: 687,85 Prot: 22,64 Lip: 22,58 HC: 93

**21**  
Garbanzos con verduras  
Huevo cocido con pisto  
Fruta fresca  
Pan integral ecológico  
Kcal: 708,95 Prot: 25,36 Lip: 25,06 HC: 90,96

**22**  
Ensalada variada con queso fresco (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y queso fresco)  
Paella de verduras  
Yogur  
Pan blanco ecológico  
Kcal: 646,51 Prot: 19,72 Lip: 22,79 HC: 88,28

**23**  
Lentejas con zanahoria ecológicas  
Tortilla de patatas y atún con ensalada (lechuga, zanahoria)  
Fruta fresca  
Pan integral ecológico  
Kcal: 641,76 Prot: 19,74 Lip: 26,18 HC: 80,51

**24**  
Crema de verduras ecológicas  
Contramuslo de pollo en salsa de champiñón con patatas panaderas ecológica  
Fruta 4ª Gama  
Pan blanco ecológico  
Kcal: 661,78 Prot: 23,07 Lip: 21,82 HC: 88,43

**27**  
Sopa de fideos  
Tortilla de patata y cebolla con ensalada (lechuga y zanahoria)  
Piña en su jugo  
Pan blanco ecológico  
Kcal: 684,58 Prot: 16,62 Lip: 23,18 HC: 97,87

**28**  
Crema de zanahoria ecológica  
Albóndigas mixtas de ternera y cerdo en salsa española con arroz pilaf  
Fruta fresca  
Pan integral ecológico  
Kcal: 692,34 Prot: 16,66 Lip: 24,95 HC: 97,74

**29**  
Alubias blancas con verduras  
Tortilla francesa con ensalada (lechuga y tomate)  
Fruta 4ª Gama  
Pan blanco ecológico  
Kcal: 635,34 Prot: 21,52 Lip: 20,37 HC: 84,90

**30**  
Macarrones con salsa de tomate ecológico  
Filete de abadejo al horno con guisantes salteados  
Fruta fresca  
Pan integral ecológico  
Kcal: 649,14 Prot: 26,46 Lip: 20,39 HC: 83,72