

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	- Día 6 -	- Día 7 -	- Día 8 -	- Día 9 -
	<p>Sopa de fideos</p> <p> Filetes rusos con tomate y daditos de zanahoria</p> <p> Pan y Platano</p> <p>Kcal:438 Prot:18,1 Lip:19,7 HC:50,4</p>	<p>Judías pintas con arroz</p> <p>Filete de abadejo al horno con pimenton y huevo duro</p> <p> Pan y Pera</p> <p>Kcal:443 Prot:22,9 Lip:9,9 HC:70</p>	<p>Macarrones de la huerta</p> <p> Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza</p> <p>Pan y Yogur natural azucarado</p> <p>Kcal:451 Prot:26,7 Lip:13,9 HC:58,2</p>	<p>Lentejas estofadas con verduras</p> <p> Tortilla española c/ Lechuga y remolacha</p> <p> Pan y Manzana</p> <p>Kcal:511 Prot:20,6 Lip:14,6 HC:77,7</p>
- Día 12 -	- Día 13 -	- Día 14 -	- Día 15 -	- Día 16 -
<p>Arroz a la milanesa</p> <p>Figuritas de pescado c/ Lechuga</p> <p> Pan y Naranja</p> <p>Kcal:523 Prot:23,4 Lip:19 HC:67,9</p>	<p>Crema de brocoli</p> <p> Magro de cerdo en salsa con verduritas y patatas</p> <p>Pan y Yogur sabor</p> <p>Kcal:386 Prot:20,8 Lip:11,1 HC:54,3</p>	<p>Sopa de cocido</p> <p> Cocido madrileño completo</p> <p>Pan y Manzana</p> <p>Kcal:513 Prot:21,2 Lip:19,7 HC:67,3</p>	<p>Judías verdes con jamon serrano</p> <p>Filete de merluza rebozado casero c/ Lechuga y maíz</p> <p>Pan y Pera</p> <p>Kcal:373 Prot:16,5 Lip:11,1 HC:54,6</p>	<p>Espirales con queso y champiñones</p> <p> Salchichas de pavo con jardinera de verduras</p> <p>Pan y Mandarina</p> <p>Kcal:589 Prot:25,9 Lip:26,3 HC:65,7</p>
- Día 19 -	- Día 20 -	- Día 21 -	- Día 22 -	- Día 23 -
<p>Lentejas a la hortelana</p> <p> Filete de merluza en salsa meuniere con daditos de calabacin</p> <p>Pan y Manzana</p> <p>Kcal:452 Prot:27,2 Lip:10,4 HC:67,9</p>	<p>Fideua de verduras</p> <p> Tortilla española c/ Lechuga y zanahoria</p> <p>Pan y Naranja</p> <p>Kcal:419 Prot:12,1 Lip:15,4 HC:60,1</p>	<p>Sopa de letras</p> <p> Jamoncitos de pollo encebollados c/ Lechuga y maíz</p> <p>Pan y Yogur liquido</p> <p>Kcal:385 Prot:23 Lip:12,7 HC:48</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p> Albondigas burger meat mixta a la jardinera</p> <p>Pan y Platano</p> <p>Kcal:500 Prot:16,9 Lip:22,3 HC:61,3</p>	<p>Judías blancas a la riojana</p> <p> Ventresca de bacalao con cebollita y bolas de patata</p> <p>Pan y Pera</p> <p>Kcal:464 Prot:25,1 Lip:11,6 HC:69,6</p>
- Día 26 -	- Día 27 -	- Día 28 -	- Día 29 -	- Día 30 -
<p>Arroz blanco con salsa de tomate</p> <p>Ragout de ternera en salsa con patatas</p> <p>Pan y Naranja</p> <p>Kcal:514 Prot:18,4 Lip:22,5 HC:62,7</p>	<p>Garbanzos estofados con verduras</p> <p> Filete de merluza rebozado casero c/ Lechuga</p> <p>Pan y Pera</p> <p>Kcal:484 Prot:22,3 Lip:10,2 HC:79,6</p>	<p>Crema de espinacas</p> <p> Pollo asado en su jugo con pimientos</p> <p>Pan y Platano</p> <p>Kcal:413 Prot:21,5 Lip:14 HC:53,7</p>	<p>Patatas guisadas con verduras</p> <p> Cinta de lomo adobada al horno con guisantes</p> <p>Pan y Natillas de vainilla</p> <p>Kcal:330 Prot:9,2 Lip:7,1 HC:61,2</p>	<p>Judías pintas con patata y zanahoria</p> <p> Filete de abadejo a la italiana con daditos de calabaza</p> <p>Pan y Manzana</p> <p>Kcal:424 Prot:24,7 Lip:6 HC:71,8</p>



GLUTEN HUEVO PESCADO MOLUSCO SOJA ALTRAMUCES LECHE SÉSAMO FRUTOS DE CÁSCARA APIO MOSTAZA SULFITOS CACAHUETES CRUSTÁCEOS

