









































Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			- Día 1 -	- Día 2 -
- Día 5 -	- Día 6 -	- Día 7 -	- Día 8 -	- Día 9 -
- Día 12 - <b>Sopa de estrellas</b>  <b>Filete de pollo empanado c/ Lechuga y zanahoria</b>  <b>Pan y Yogur natural azucarado</b>  Kcal:413 Prot:20,8 Lip:8,7 HC:66,2	- Día 13 - <b>Judías blancas estofadas con verduras</b>  <b>Tortilla española c/ Lechuga</b>  <b>Pan y Manzana</b>  Kcal:509 Prot:19,5 Lip:13,5 HC:80,4	- Día 14 - <b>Ensalada de pasta tricolor (pasta, atun, zanahoria, y maíz)</b>  <b>Filete de merluza en salsa con daditos de calabacin</b>  <b>Pan y Melon</b>  Kcal:386 Prot:19,9 Lip:12,8 HC:51,2	- Día 15 - <b>Garbanzos con espinacas</b>  <b>Salchichas de pavo con jardinera de verduras</b>  <b>Pan y Melocoton</b>  Kcal:630 Prot:29 Lip:24 HC:78,8	- Día 16 - <b>Crema de verduras</b>  <b>Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas cuadro</b>  <b>Pan y Platano</b>  Kcal:488 Prot:18,8 Lip:21,2 HC:59
- Día 19 - <b>Guisantes rehogados con jamon york</b>  <b>Tortilla española c/ Lechuga</b>  <b>Pan y Sandía</b>  Kcal:411 Prot:16,2 Lip:16,5 HC:67,6	- Día 20 - <b>Arroz blanco con salsa de tomate</b>  <b>Jamoncitos de pollo con verduras</b>  <b>Pan y Yogur sabor</b>  Kcal:525 Prot:24,5 Lip:15,4 HC:67,7	- Día 21 - <b>Judías pintas con verduras</b>  <b>Filete de bacalao rebozado c/ Lechuga y maiz</b>  <b>Pan y Ciruelas</b>  Kcal:552 Prot:26,6 Lip:13 HC:84,8	- Día 22 - <b>Crema vichy</b>  <b>Lomo de sajonia encebollada con calabacin</b>  <b>Pan y Platano</b>  Kcal:360 Prot:20,6 Lip:8 HC:54,8	- Día 23 - <b>Macarrones de la huerta</b>  <b>Filete de merluza con patata panadera</b>  <b>Pan y Melon</b>  Kcal:362 Prot:15,1 Lip:12,4 HC:51
- Día 26 - <b>Judías verdes ecologicas con ajo y zanahoria</b>  <b>Ragout de ternera en salsa con patatas</b>  <b>Pan y Manzana</b>  Kcal:437 Prot:17,8 Lip:21,1 HC:48,5	- Día 27 - <b>Lentejas a la riojana</b>  <b>Rombos de merluza c/ Lechuga y zanahoria</b>  <b>Pan y Pera</b>  Kcal:515 Prot:34,7 Lip:13,8 HC:67,5	- Día 28 - <b>Patatas guisadas con verduras</b>  <b>Pollo asado al limon c/ Lechuga y remolacha</b>  <b>Pan y Yogur liquido</b>  Kcal:440 Prot:24,1 Lip:13,2 HC:59,8	- Día 29 - <b>Coditos a la boloñesa</b>  <b>Filete de merluza a la gallega</b>  <b>Pan y Melocoton</b>  Kcal:408 Prot:20,1 Lip:13,6 HC:55,7	- Día 30 - <b>Sopa de cocido</b>  <b>Cocido madrileño completo</b>  <b>Pan y Sandía</b>  Kcal:467 Prot:21 Lip:19,2 HC:59,6

















