

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

Coliflor con bechamel gratinada
Ternera a la jardinera
Patatas fritas
Pan
Fruta fresca

849,5Kcal - Prot:38,1g - Lip:45,9g - HC:66,4g AGS:16,2g -
Azúcares:25,6g - Sal:2,2g

3

Lentejas con verduras
Bacalao a la andaluza
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Pan
Fruta fresca

578,7Kcal - Prot:30,0g - Lip:14,7g - HC:76,0g AGS:2,1g -
Azúcares:18,4g - Sal:1,8g

4

Crema de acelgas, puerro y zanahoria
Jamoncitos de pollo al horno
Patatas dado
Pan
Natillas de vainilla

759,6Kcal - Prot:40,0g - Lip:31,3g - HC:75,8g AGS:8,3g -
Azúcares:23,2g - Sal:2,2g

5

Macarrones con tomate
Merluza en salsa verde
Guisantes salteados
Pan
Fruta fresca

596,5Kcal - Prot:30,1g - Lip:12,0g - HC:86,2g AGS:1,6g -
Azúcares:22,3g - Sal:1,9g

6

9

Arroz con salsa de tomate
Filete de lenguadina a la andaluza
Lechuga, tomate, atún, aceitunas, maíz y
zanahoria
Pan

620,9Kcal - Prot:26,2g - Lip:16,9g - HC:88,4g AGS:2,4g -
Azúcares:17,7g - Sal:2,1g

10

Judías verdes con patatas salteadas
Escalope de pollo empanado
Patatas fritas
Pan
Yogur sabor

817,3Kcal - Prot:33,2g - Lip:34,0g - HC:89,9g AGS:7,8g -
Azúcares:26,1g - Sal:2,4g

11

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan
Fruta fresca

656,2Kcal - Prot:28,8g - Lip:15,6g - HC:92,9g AGS:4,2g -
Azúcares:20,0g - Sal:1,5g

12

Crema de calabaza
Merluza a la andaluza
Patatas dado
Pan
Yogur sabor

619,5Kcal - Prot:29,9g - Lip:21,4g - HC:74,3g AGS:4,9g -
Azúcares:25,3g - Sal:2,0g

13

JORNADA DEL CIRCO
Pasta con tomate
Perrito caliente con patatas fritas
Helado

16

Lentejas con chorizo
Cinta de lomo fresca a la plancha
Ensalada de lechuga, tomate y maíz
Pan
Fruta fresca

690,4Kcal - Prot:41,9g - Lip:23,2g - HC:72,8g AGS:5,8g -
Azúcares:18,7g - Sal:2,3g

17

Guisantes salteados con jamón serrano
Estofado de pavo con patatas
Pan
Yogur sabor

766,3Kcal - Prot:52,1g - Lip:26,1g - HC:72,5g AGS:7,8g -
Azúcares:33,1g - Sal:2,1g

18

Espaguetis boloñesa
Caella en adobo de limón frito
Champiñones salteados con ajo y perejil
Pan
Fruta fresca

659,0Kcal - Prot:31,5g - Lip:17,8g - HC:88,8g AGS:3,8g -
Azúcares:23,8g - Sal:1,8g

19

Alubias pintas estofadas
Filete de pollo a la plancha
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas
Pan
Natillas de vainilla

766,2Kcal - Prot:43,0g - Lip:28,3g - HC:77,4g AGS:7,8g -
Azúcares:19,8g - Sal:2,3g

20

Crema de calabacín
Bacalao a la andaluza
Patatas fritas
Pan
Fruta fresca

552,2Kcal - Prot:20,7g - Lip:19,3g - HC:70,1g AGS:3,4g -
Azúcares:18,2g - Sal:1,8g

23

Brócoli salteado con jamón york
Filete de cerdo a la plancha
Patatas dado
Pan
Yogur sabor

636,8Kcal - Prot:38,1g - Lip:26,1g - HC:59,6g AGS:6,9g -
Azúcares:24,0g - Sal:1,8g

24

Lentejas con patatas
Filete de lenguadina a la andaluza
Ensalada de lechuga y tomate
Pan
Fruta fresca

590,9Kcal - Prot:33,0g - Lip:14,9g - HC:75,7g AGS:2,1g -
Azúcares:18,1g - Sal:1,8g

25

Crema de espinacas
Estofado de ternera con verduras
Patatas fritas
Pan
Yogur sabor

920,6Kcal - Prot:40,0g - Lip:47,1g - HC:77,5g AGS:16,6g -
Azúcares:25,0g - Sal:2,4g

26

Sopa de cocido con fideos
Cocido completo
Pan
Fruta fresca

656,2Kcal - Prot:28,8g - Lip:15,6g - HC:92,9g AGS:4,2g -
Azúcares:20,0g - Sal:1,5g

27

Arroz con salsa de tomate
Merluza en salsa verde
Guisantes salteados
Pan
Fruta fresca

600,9Kcal - Prot:27,6g - Lip:11,6g - HC:91,5g AGS:1,6g -
Azúcares:21,4g - Sal:1,9g

30

FESTIVO