



		JUEVES 1		VIERNES 2															
		Sopa de fideos Pollo asado Guarnición de patata dado Fruta		Crema de verduras Lenguado rebozado Guarnición de ensalada Yogur															
		Kcal.: 657	Prótidos: 30,363	Glúcidos: 41,149	Lípidos: 23,28	Kcal.: 665	Prótidos: 27,736	Glúcidos: 53,254	Lípidos: 12,395										
LUNES 5		MARTES 6		MIÉRCOLES 7		JUEVES 8		VIERNES 9											
Lentejas caseras Tortilla de jamón york Guarnición de ensalada Fruta		Arroz con tomate Merluza a la romana Guarnición de verduras Yogur		Judías verdes con tomate Hamburguesa casera a la plancha Guarnición de zanahoria rallada Fruta		Patatas con costillas Lenguado en salsa Guarnición de ensalada Fruta		Macarrones con tomate Ragout de ternera Guarnición de patata dado Yogur											
Kcal.: 578,3	Prótidos: 24,096	Glúcidos: 53,521	Lípidos: 32,308	Kcal.: 690,55	Prótidos: 27,5245	Glúcidos: 33,574	Lípidos: 20,7005	Kcal.: 673,8	Prótidos: 33,814	Glúcidos: 53,134	Lípidos: 12,755	Kcal.: 756,6	Prótidos: 13	Glúcidos: 50,98	Lípidos: 8,98	Kcal.: 711	Prótidos: 19,5	Glúcidos: 30,45	Lípidos: 12,89
LUNES 12		MARTES 13		MIÉRCOLES 14		JUEVES 15		VIERNES 16											
DIA DE NTRA. SRA. DEL PILAR		Crema de verduras Cinta de lomo adobada a la plancha Guarnición de zanahoria rallada Yogur		Sopa de fideos Cocido completo Guarnición de verduras Fruta		Paella mixta Merluza a la romana Guarnición de ensalada Fruta		Judías verdes rehogadas Tortilla española Guarnición de zanahoria rallada Yogur											
		Kcal.: 660,15	Prótidos: 20,0845	Glúcidos: 20,723	Lípidos: 10,8305	Kcal.: 608,4	Prótidos: 12,794	Glúcidos: 84,734	Lípidos: 5,34	Kcal.: 670	Prótidos: 23,281	Glúcidos: 48,526	Lípidos: 13,374	Kcal.: 670,75	Prótidos: 17,3815	Glúcidos: 38,453	Lípidos: 18,6605		
LUNES 19		MARTES 20		MIÉRCOLES 21		JUEVES 22		VIERNES 23											
Arroz tres delicias Lenguado rebozado Guarnición de ensalada Fruta		Patatas con carne Empanadillas Guarnición de tomate Yogur		Sopa de fideos Pollo asado Guarnición de patata dado Fruta		Judías blancas San Jacobo Guarnición de ensalada Fruta		Puré de verduras Filete de ternera en salsa Guarnición de champiñones Yogur											
Kcal.: 617,6	Prótidos: 20,187	Glúcidos: 47,413	Lípidos: 10,914	Kcal.: 642,65	Prótidos: 13,0105	Glúcidos: 33,962	Lípidos: 18,4625	Kcal.: 603,2	Prótidos: 22,982	Glúcidos: 91,841	Lípidos: 24,14	Kcal.: 894	Prótidos: 25,48	Glúcidos: 79	Lípidos: 26,03	Kcal.: 360,25	Prótidos: 38,1825	Glúcidos: 13,671	Lípidos: 18,8125
LUNES 26		MARTES 27		MIÉRCOLES 28		JUEVES 29		VIERNES 30											
Tallarines carbonara Croquetas de jamón serrano Guarnición de ensalada Fruta		Judías Pintas Cinta de lomo al ajillo a la plancha Guarnición de ensalada Yogur		Fideuá Huevos fritos Guarnición de ensalada Fruta		Patatas a la Riojana Filete de pollo a la plancha Guarnición de ensalada Fruta		Lentejas caseras Tortilla de jamón york Guarnición de ensalada Yogur											
Kcal.: 637,6	Prótidos: 12,901	Glúcidos: 74,696	Lípidos: 12,751	Kcal.: 633,35	Prótidos: 36,5215	Glúcidos: 32,065	Lípidos: 19,5265	Kcal.: 597,7	Prótidos: 16,742	Glúcidos: 67,25	Lípidos: 32,388	Kcal.: 807,46	Prótidos: 35,262	Glúcidos: 58,124	Lípidos: 50,61	Kcal.: 578,3	Prótidos: 24,096	Glúcidos: 53,521	Lípidos: 32,308