



LUNES
MONDAY

MARTES
TUESDAY

MIERCOLES
WEDNESDAY

JUEVES
THURSDAY

VIERNES
FRIDAY

5 **ARROZ BLANCO CON TOMATE MERLUZA EN SALSA DE LIMON CON ZANAHORIA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**
Rice with tomato
Hake in lemon sauce with carrot
Seasonal fruit and bread
H.C.(G) 100 PROT.(G) 33,3 LIP.(G) 19,6 E(KCAL) 730
Cena: Ragu de pavo con verduras

6 **SOPA DE ESTRELLAS RAGUT DE TERNERA CON VERDURAS Y PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN**
Soup with stars
Veal ragout with vegetables and potatoes
Yogurt fruit and bread
H.C.(G) 65,3 PROT.(G) 35,2 LIP.(G) 23,9 (KCAL) 637
Cena: Crema de calabaza con huevo y jamon

7 **JUDIAS VERDES REHOGADAS JAMON YORK VILLEROY CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**
Green beans with garlic
Villeroy ham with lettuce
Seasonal fruit and bread
H.C.(G) 71,5 PROT.(G) 21,7 LIP.(G) 31,3 E(KCAL) 674
Cena: Lenguado en papillote con patatas

1 **SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO (carbanzos, tocino, morcillo y choriz) FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**
Soup
Chickpeas, chorizo, meat
Seasonal fruit and bread
H.C.(G) 74,1 PROT.(G) 36,9 LIP.(G) 26 E(KCAL) 708
Cena: Panache de verduras/ merluza

2 **PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA FILETE DE POLLO CON PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN**
Vegetables puree
Chicken with potatoes
Yogurt fruit and bread
H.C.(G) 53,7 PROT.(G) 47,8 LIP.(G) 36,1 E(KCAL) 760
Cena: tortilla francesa / ensalada de lechuga

DIA DE LA HISPANIDAD

MACARRONES ECOLOGICOS CON VERDURAS BOCADITOS DE ROSADA CON ENSALADA DE LECHUGA POSTRE LACTEO Y PAN
Organic macaroni with vegetables
fish with lettuce
Yogurt fruit and bread
H.C.(G) 95 PROT.(G) 31,1 LIP.(G) 25,1 E(KCAL) 743
Cena: Albondigas de pollo a la jardinera

14 **PATATAS GUIADAS CON VERDURAS LACON A LA GALLEGA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**
Stewed potatoes with vegetables
Ham with pepper and lettuce
Seasonal fruit and bread
H.C.(G) 66,9 PROT.(G) 34,6 LIP.(G) 32,2 E(KCAL) 714
Cena: work de verduras con salmon

15 **ARROZ TRES DELICIAS POLLO AL AJILLO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**
Rice three delicias
Chicken with garlic and lettuce
Seasonal fruit and bread
H.C.(G) 90,7 PROT.(G) 28,8 LIP.(G) 25 E(KCAL) 717
Cena: Revuelto de huevo y champiñon

16 **SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO (carbanzos, tocino, morcillo y chorizo) POSTRE LACTEO Y PAN**
Soup
Chickpeas, chorizo, meat
Yogurt fruit and bread
H.C.(G) 70,5 PROT.(G) 39,1 LIP.(G) 27,6 E(KCAL) 712
Cena: bacalao con tomate

19 **LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**
Lentils with vegetables
Spanish omelette with lettuce
Seasonal fruit and bread
H.C.(G) 79,3 PROT.(G) 29,5 LIP.(G) 22,9 E(KCAL) 735
Cena: Ensalada aguacate, atun y queso

20 **CREMA DE CALABACIN EMPANDILLAS DE ATUN CON ENSALADA DE LECHUGA POSTRE LACTEO Y PAN**
Zucchini soup
Tuna patties with lettuce
Yogurt fruit and bread
H.C.(G) 70,7 PROT.(G) 17,9 LIP.(G) 32,2 E(KCAL) 666
Cena: Guisantes con magro

21 **TALLARINES CON TOMATE Y QUESO ALBONDIGAS EN SALSA A LA JARDINERA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**
Pasta with tomato and cheese
Jardinera meatballs
Seasonal fruit and bread
H.C.(G) 77,7 PROT.(G) 25,6 LIP.(G) 35,7 E(KCAL) 751
Cena: Lenguado al horno con verduras

22 **PURE DE VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**
Vegetable puree
Grilled chicken with potatoes
Seasonal fruit and bread
H.C.(G) 61,1 PROT.(G) 38,3 LIP.(G) 32,9 E(KCAL) 721
Cena: huevo a la plancha con ensalada

23 **ARROZ MILANESA BACALAO A LA GALLEGA CON PIMIENTO MORRON POSTRE LACTEO Y PAN**
Milanesa rice
Cod with pepper
Yogurt fruit and bread
H.C.(G) 83,6 PROT.(G) 32,2 LIP.(G) 35,2 E(KCAL) 791
Cena: Crema de zanahoria y lacon al horno

26 **JUDIAS VERDES REHOGADAS CROQUETAS DE JAMON CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**
Green beans
Ham croquettes
Seasonal fruit and bread
H.C.(G) 78,1 PROT.(G) 21,3 LIP.(G) 41 E(KCAL) 789
Cena: Lenguado al horno con arroz

27 **MACARRONES CON TOMATE MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA DE LECHUGA POSTRE LACTEO Y PAN**
Tomato pasta
Fish in green sauce with lettuce
Yogurt fruit and bread
H.C.(G) 81,4 PROT.(G) 39,7 LIP.(G) 26,6 E(KCAL) 676
Cena: tortilla francesa con calabacin plancha

28 **JUDIAS PINTAS GUIADAS HAMBURGUESA DE TERNERA CON TOMATE Y PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**
Stew beans
Beef burger with tomato and potatoes
Seasonal fruit and bread
H.C.(G) 70,7 PROT.(G) 58,1 LIP.(G) 32 (KCAL) 865
Cena: frucha con jamon york

29 **ARROZ CON VERDURAS LENGUADINA EN SALSA MENIERE CON CALABACIN FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**
Rice with vegetables
Fish in sauce
Seasonal fruit and bread
H.C.(G) 86,3 PROT.(G) 25,4 LIP.(G) 22,9 (KCAL) 669
Cena: Pollo asado con menestra

HALLOWEEN
20 **CREMA DE CALABAZA SALCHICHAS DE PAVO CON KETCHUP Y CHIPS POSTRE LACTEO Y PAN**
Pumpkin soup
Turkey sausage
Yogurt fruit and bread
H.C.(G) 85,5 PROT.(G) 27,1 LIP.(G) 33,5 E(KCAL) 771
Cena: Revuelto de gulas con ensalada