



		MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		Crema de Calabaza, Zanahoria, Patata y Puerro Tortilla Francesa con Atún y Ensalada de Lechuga y Zanahoria Rallada Fruta del Tiempo KCAL: 652 H.C.: 45.1% PROT: 13.4% LIP: 41.5%	Paella de Pollo y Magro Pollo en Salsa con Patatas Fritas Fruta del Tiempo KCAL: 772 H.C.: 54.8% PROT: 23.2% LIP: 21.8%	Cocido: Sopa de Estrellitas, garbanzos, Patata, Zanahoria, Pollo, Chorizo Yogur de Frutas KCAL: 822 H.C.: 51.6% PROT: 25.5% LIP: 22.9%
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
Arroz con Tomate Filete de Pechuga de Pollo Empanado con Ensalada de lechuga y Maíz Fruta del Tiempo KCAL: 776 H.C.: 55.2% PROT: 16.4% LIP: 28.2%	Fabada con Chorizo, Cebolla, Zanahoria, Ajos, Etc. Calamares a la Romana con Ensalada Mixta Fruta del Tiempo KCAL: 724 H.C.: 52.2% PROT: 23.2% LIP: 24.2%	Lasaña de Carne Tortilla Francesa con J. York con Lechuga y Tomate Fruta del Tiempo KCAL: 769 H.C.: 45.8% PROT: 15.9% LIP: 38.4%	Judías Verdes Rehogadas Albóndigas en Salsa con Patatas Fritas Macedonia de Frutas KCAL: 630 H.C.: 38.1% PROT: 20.8% LIP: 39.9%	Fideua de Pollo y Magro Filetes de Merluza Empanado con Ensalada de Lechuga y Maíz Natillas KCAL: 858 H.C.: 45.7% PROT: 20.8% LIP: 33.6%
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Espaguetis Bolonesa Filetes de Emperador Rebozado con Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta del Tiempo KCAL: 823 H.C.: 47.6% PROT: 18.1% LIP: 34.1%	Lentejas con Patata, Zanahoria, Chorizo, Cebolla y Ajos Braseado de Ternera con Puré de Patata Fruta del Tiempo KCAL: 875 H.C.: 47.7% PROT: 24.0% LIP: 27.8%	Patatas con Costillas Filetes de Lenguado con Ensalada de Lechuga y Zanahoria Rallada Fruta del Tiempo KCAL: 596 H.C.: 36.1% PROT: 20.0% LIP: 44.0%	Cocido: Sopa de Fideos, Repollo, garbanzos, Patata, Zanahoria, Chorizo, Ternera, Tocino y Morcilla Fruta del Tiempo KCAL: 771 H.C.: 53.7% PROT: 25.2% LIP: 21.1%	Crema de Verduras, Puerros, Calabacín, Zanahoria, Patata Pollo al Horno con Patatas Fritas Yogur de Frutas KCAL: 724 H.C.: 43.6% PROT: 17.7% LIP: 38.1%
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Puré de Verduras Huevos Fritos con Bacon Fruta del Tiempo KCAL: 620 H.C.: 38.7% PROT: 10.8% LIP: 50.4%	Arroz con Tomate Albóndigas en Salsa con Patatas Fritas Fruta del Tiempo KCAL: 882 H.C.: 52.7% PROT: 17.0% LIP: 29.1%	Judías Pintas con Arroz Filetes de Merluza Empanada con Ensalada de Tomate y Lechuga Fruta del Tiempo KCAL: 792 H.C.: 52.5% PROT: 19.4% LIP: 28.2%	Macarrones con Chorizo y Bacon Filetes de pechuga de Pollo con Judías Verdes Macedonia de Frutas KCAL: 714 H.C.: 42.7% PROT: 22.8% LIP: 34.2%	Fideua de Pescado Maza de Cerdo con Puré de Patata Natillas KCAL: 940 H.C.: 46.1% PROT: 17.7% LIP: 35.6%
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29		
Lentejas Vegetarianas Filetes de Lomo Empanado con Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta del Tiempo KCAL: 749 H.C.: 46.5% PROT: 20.9% LIP: 32.2%	Paella de Pescado Filetes de Lenguado Empanado con Guisantes Fruta del Tiempo KCAL: 734 H.C.: 57.2% PROT: 21.0% LIP: 21.6%	Lasaña de Carne Tortilla Española con Pimientos Fruta del Tiempo KCAL: 789 H.C.: 50.1% PROT: 13.5% LIP: 36.4%		
MERIENDAS	MERIENDAS	MERIENDAS	MERIENDAS	MERIENDAS
FRUTA: Manzana	CHOCOLATE CON PAN	FRUTA: Pera	BOCADILLO DE SALAMI, CHORIZO	FRUTA: Plátano