










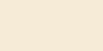







Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1  <p>Ensalada con lechuga, piña y maíz Crema de puerros ecológicos con virutas de jamón Revuelto de huevo con champiñones Mini quesadillas Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 691 h.c. 75,0 lip. 31,4 p. 26,8 Ensalada de lentejas - Salmón con espárragos - Fruta</p>	2 <p>Ensalada completa de caballa con pimiento Arroz requenense con caldo casero de carne Helado de fresa Pan blanco</p> <p>Kcal. 831 h.c. 101,6 lip. 36,5 p. 23,6 Boniato al horno - Pavo con alcachofas - Fruta</p>	3  <p>Ensalada mezclum, brotes y aceitunas Olleta alicantina Rustidera de pollo con verduras Fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 718 h.c. 76,0 lip. 31,1 p. 29,7 Puré de calabaza - Boquerones a la andaluza con ensalada - Fruta</p>	4  <p>Ensalada de lechuga, col lombarda y zanahoria Patatas Strogonoff Solomillo de cerdo con salsa chimichurri Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 721 h.c. 64,4 lip. 37,6 p. 31,2 Tostada de huevo revuelto y espinacas - Fruta</p>	5  <p>Ensalada con brotes de espinacas Espirales integrales con pisto casero de hortalizas Abadejo en salsa de ajo y pimentón Guisantes ecológicos salteados Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 734 h.c. 101,1 lip. 21,3 p. 30,4 Pechuga de pollo enharinada y champiñones salteados - Fruta</p>
8  <p>Ensalada con lechuga, remolacha y zanahoria Hervido (patata, zanahoria y judías verdes) Nuggets de pollo con salsa deluxe casera Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 789 h.c. 66,6 lip. 43,6 p. 31,0 Ensalada de quinoa - Tortilla de cebolla - Fruta</p>	9  <p>Ensalada de lechuga y tomate Garbanzos salteados con verdura Roti de pavo en salsa de verduras Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 794 h.c. 85,7 lip. 30,9 p. 38,6 Atún a la plancha con brócoli y boniato - Fruta</p>	10  <p>Guacamole casero con nachos Ensalada completa con huevo y crudités Paella Fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 900 h.c. 104,8 lip. 44,4 p. 19,3 Tofu marinado con patatas - Fruta</p>	11   <p>Ensalada mezclum, tomate y aceitunas Espaguetis integrales con salsa Alfredo Fogonero a la andaluza casera con salteado de calabacín ecológico Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 711 h.c. 83,7 lip. 25,9 p. 33,7 Ensalada con frutos secos en salsa de humus - Brocheta de pollo y verduras - Fruta</p>	12    <p>Ensalada con iceberg, aguacate, lombarda y olivas negras Lentejas ecológicas estofadas con verduras Burrito de soja texturizada con arroz, frijoles y queso Yogur artesano Pan blanco</p> <p>Kcal. 886 h.c. 114,7 lip. 27,3 p. 40,5 Tostada de huevo escalfado y tomate cherry - Fruta</p>
15  <p>Ensalada de lechuga, espinaca, apio y lombarda Arroz integral a la cubana Longanizas Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 781 h.c. 90,2 lip. 34,8 p. 27,1 Tostada vegana de hummus aceitunas negras y rúcula - Fruta</p>	16  <p>Ensalada mezclum, maíz, remolacha Puré de legumbres con hinojo Merluza empanada casera con mayonesa Fruta de temporada Pan blanco</p> <p>Kcal. 669 h.c. 70,7 lip. 28,7 p. 27,6 Ensalada - Arroz salteado con setas y pavo - Fruta</p>	17  <p>Ensalada con iceberg, mango, lombarda y olivas negras Patatas con bacon y queso Tortilla con calabacín Yogur natural con fruta de temporada Pan integral</p> <p>Kcal. 715 h.c. 62,9 lip. 39,0 p. 27,0 Lubina al limón con salteado de guisantes y espárragos trigueros - Fruta</p>	18  <p>Ensalada de lechuga y tomate Lentejas con bulgur Pollo al chilindrón Fruta ecológica Pan blanco</p> <p>Kcal. 728 h.c. 81,8 lip. 27,2 p. 36,3 Crema de calabacín - Huevo duro gratinado con tomate - Fruta</p>	19  <p>Ensalada de lechuga y zanahoria Macarrones integrales gratinados a la boloñesa Combo de aros de cebolla y fingers de pescado Cono de nata Pan blanco</p> <p>Kcal. 945 h.c. 105,6 lip. 41,8 p. 33,0 Ensalada de quinoa - Salmón en salsa pimienta - Fruta</p>
Festivo	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo
Festivo	Festivo			

