



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>8 KCal. 829 H.C. 138 Lip. 25 P. 22</p> <p>ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido) VARITAS DE MERLUZA(3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)</p>	<p>9 KCal. 564 H.C. 60 Lip. 30 P. 14</p> <p>SOPA DE PICADILLO CON GARBANZOS,garbanzos,pasta,pollo y zanahoria TORTILLA DE PATATA • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)</p>	<p>10 KCal. 617 H.C. 75 Lip. 28 P. 21</p> <p>HERVIDO VALENCIANO FRICANDO DE POLLO (contramuslo,cebolla,tomate,patata) • Guarnición: ENSALADA CON PEPINO FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)</p>	<p>11 KCal. 845 H.C. 96 Lip. 39 P. 32</p> <p>ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y QUESO MERLUZA HORNO EN SALSAS VERDES • Guarnición: ENSALADA CON PIMIENTO YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)</p>	<p>12 KCal. 852 H.C. 81 Lip. 49 P. 26</p> <p>LENTEJAS CASERAS CON ZANAHORIA ECOLOGICA (con cebolla,tomate y zanahoria) ALBONDIGAS DE SOJA Y VERDURAS (4UN.) CON SALSAS DE VERDURAS • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA ECOLOGICA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)</p>
<p>15 KCal. 618 H.C. 62 Lip. 38 P. 10</p> <p>PURE VERDURAS Y HORTALIZAS (con zanahoria, cebolla y espinacas) HAMBURGUESA VEGETAL • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)</p>	<p>16 KCal. 680 H.C. 108 Lip. 22 P. 19</p> <p>PAELLA DE VERDURAS CON V. ECO(judia,zanahoria,alcachofa,guisante,coliflor,espárrago, ENSALADA COMPLETA (lechuga,tomate,atún,huevo,aceitunas) FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)</p>	<p>17 KCal. 793 H.C. 91 Lip. 38 P. 23</p> <p>ALUBIAS JARDINERA con guisante,judia,zanahoria,cebolla ROLLITO PRIMAVERA(2 UN.) CON SALSAS DE SOJA • Guarnición: ENSALADA CON PEPINO FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)</p>	<p>18 KCal. 760 H.C. 77 Lip. 36 P. 37</p> <p>ESPIRALES INTEGRALES CON VERDURAS (calabacín,pimiento,cebolla,zanahoria,tomate) ABADEJO EN SALSAS MERY • Guarnición: ENSALADA CON PIMIENTO YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)</p>	<p>19 KCal. 711 H.C. 74 Lip. 36 P. 27</p> <p>LENTEJAS A LA JARDINERA (guisantes,judias,zanahoria,tomate,cebolla) TORTILLA FRANCESA CON FIAMBRE DE PAVO • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)</p>
<p>22 KCal. 585 H.C. 63 Lip. 28 P. 23</p> <p>GUISADO DE VERDURAS CON CALABACIN ECOLOGICO ALAS DE POLLO A LA BARBACOA (3UN) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)</p>	<p>23 KCal. 680 H.C. 108 Lip. 22 P. 19</p> <p>PAELLA DE VERDURAS CON V. ECO(judia,zanahoria,alcachofa,guisante,coliflor,espárrago, ENSALADA COMPLETA (lechuga,tomate,atún,huevo,aceitunas) FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)</p>	<p>24 KCal. 696 H.C. 78 Lip. 31 P. 31</p> <p>POTAJE DE GARBANZOS CON CEBOLLA ECOLOGICA (cebolla,tomate,espinacas,zanahoria) MERLUZA HORNO EN SALSAS VERDES • Guarnición: ENSALADA CON PEPINO FRUTA ECOLOGICA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)</p>	<p>25 KCal. 814 H.C. 116 Lip. 30 P. 23</p> <p>CARACOLILLOS CON PROVENZAL(tomate,cebolla,hierbas aromaticas) HUEVOS CON BECHAMEL(3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON PIMIENTO YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)</p>	<p>26 KCal. 599 H.C. 79 Lip. 24 P. 17</p> <p>ALUBIAS ESTOFADAS EN PURE ROLLITO PRIMAVERA(2 UN.) CON SALSAS DE SOJA • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)</p>
<p>29 KCal. 642 H.C. 80 Lip. 25 P. 27</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA ECOLOGICA CROQUETAS DE BACALAO(3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)</p>	<p>30 KCal. 690 H.C. 75 Lip. 36 P. 17</p> <p>SOPA DE PESCADO TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA GUAR. QUESO (huevo con patata y cebolla) • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)</p>	<p>31 KCal. 763 H.C. 91 Lip. 36 P. 23</p> <p>GARBANZOS CASEROS(con cebolla,tomate,espinaca y zanahoria) HAMBURGUESA VEGETAL • Guarnición: ENSALADA CON PEPINO FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)</p>		