



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			2 KCal. 947 H.C. 145 Lip. 32 P. 26 ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido) CROQUETAS DE JAMON(2xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON SOJA YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	3 KCal. 736 H.C. 98 Lip. 26 P. 30 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (cebolla ecológica,patata,tomate,zanahoria ecológica) TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)
6 KCal. 652 H.C. 74 Lip. 26 P. 34 ESPIRALES INTEGRALES CON VERDURAS (calabacin,pimiento,cebolla,zanahoria,tomate) ABADEJO HORNO EN SALSA CREMOSA DE CALABAZA • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	7 KCal. 547 H.C. 61 Lip. 26 P. 21 SOPA DE PESCADO 3 ALBONDIGAS DE TERNERA-CERDO JARDINERA • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA ECOLOGICA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	8 KCal. 670 H.C. 63 Lip. 37 P. 26 PURÉ DE ZANAHORIA ECOLÓGICA LOMO A LA CAZADORA • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)	9 KCal. 1093 H.C. 166 Lip. 40 P. 24 ARROZ CON SALSAS DE SOJA Y VERDURAS CORDON BLUE DE POLLO • Guarnición: ENSALADA CON SOJA TARTA SELVANEGRA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	10 KCal. 695 H.C. 84 Lip. 30 P. 24 LENTEJAS CASERAS CON ZANAHORIA ECOLOGICA (con cebolla,tomate y zanahoria) TORTILLA DE PATATA • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)
13 KCal. 715 H.C. 85 Lip. 35 P. 13 HERVIDO VALENCIANO EMPANADILLAS DE ATUN(3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	14 KCal. 744 H.C. 92 Lip. 28 P. 37 ESPAGUETTI CON SOJA TEXTURIZADA (salsa de tomate,,soja texturizada) ABADEJO EN SALSA MERY • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	15 KCal. 720 H.C. 73 Lip. 40 P. 22 CREMA ALICIA (guisantes,calabaza,zanahoria,cebolla) HAMBURGUESA DE TERNERA Y CERDO CON CEBOLLA CAMELIZADA • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)	16 KCal. 794 H.C. 108 Lip. 29 P. 32 ARROZ AL HORNO (con garbanzos,magro de cerdo y morcilla) ENSALADA COMPLETA (lechuga,tomate,atún,huevo,aceitunas) POSTRE LÁCTEO / HELADO PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	17 KCal. 750 H.C. 79 Lip. 38 P. 27 POTAJE DE GARBANZOS CON CEBOLLA ECOLOGICA (cebolla,tomate,espinacas,zanahoria) TORTILLA FRANCESA CON FIAMBRE DE PAVO • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)
20 KCal. 749 H.C. 63 Lip. 44 P. 28 GUISADO DE VERDURAS CON CALABACIN ECOLOGICO LONGANIZAS A LA RATATOUILLE (2xrac.) con calabacin, berenjena y tomate • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	21 KCal. 723 H.C. 105 Lip. 25 P. 26 ARROZ A LA CAZUELA con alubias,tomate,cazabada cerdo,morcilla,zanahoria ENSALADA COMPLETA (lechuga,tomate,atún,huevo,aceitunas) FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	22 KCal. 753 H.C. 87 Lip. 29 P. 40 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (cebolla ecológica,patata,tomate,zanahoria ecológica) MERLUZA HORNO EN SALSA ROMESCO • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)	23 KCal. 831 H.C. 117 Lip. 31 P. 25 CARACOLILLOS CON PROVENZAL(tomate,cebolla,hierbas aromaticas) HUEVOS CON BECHAMEL(3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON SOJA POSTRE LÁCTEO / HELADO PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	24 KCal. 652 H.C. 64 Lip. 34 P. 26 SOPA MINISTRONE PIAMONTESA con garbanzos,pasta,bacon,zanahoria MUSLO DE POLLO ASADO CON CIRUELAS (zanahoria,cebolla,ciruela) • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)
27 KCal. 658 H.C. 65 Lip. 32 P. 31 LENTEJAS A LA JARDINERA (guisantes,judías,zanahoria,tomate,cebolla) FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	28 KCal. 755 H.C. 100 Lip. 28 P. 33 LAZOS CON ATUN LOMO ASADO EN SALSA AGRDULCE • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	29 KCal. 743 H.C. 81 Lip. 34 P. 32 POTAJE DE GARBANZOS CON CEBOLLA ECOLOGICA (cebolla,tomate,espinacas,zanahoria) 3 ALBONDIGAS DE TERNERA-CERDO JARDINERA • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)	30 KCal. 677 H.C. 79 Lip. 32 P. 18 PURE CALABACIN ECOLOGICO (patata,cebolla,espinaca,calabacin eco) TORTILLA DE PATATA • Guarnición: ENSALADA CON SOJA YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	31 KCal. 1076 H.C. 146 Lip. 45 P. 29 ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido) BOCADITOS DE POLLO CON MAHONESA • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA O HELADO PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)