



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p>5 KCal. 779 H.C. 96 Lip. 33 P. 30</p> <p>ESPIRALES INTEGRALES CON ATUN MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE MANZANA ECOLOGICA • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>	<p>6 KCal. 593 H.C. 65 Lip. 30 P. 19</p> <p>HERVIDO VALENCIANO ESCALOPE DE POLLO ASADO EN SALSA DE CIRUELAS (zanahoria, cebolla, ciruela) • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA ECOLOGICA PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>	<p>7 KCal. 799 H.C. 118 Lip. 27 P. 25</p> <p>ARROZ CON MAGRO Y CALABAZA PALITOS DE MERLUZA (3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON SOJA GELATINA SIN AZUCAR PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>	<p>8 KCal. 570 H.C. 77 Lip. 23 P. 15</p> <p>CREMA CASTELLANA CON VERDURA ECO (garbanzo, alubia, tomate, zanahoria ECO y cebolla ECO) TORTILLA DE PATATA • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>
<p>11 KCal. 685 H.C. 62 Lip. 40 P. 21</p> <p>GUISADO DE VERDURAS CON CALABACIN ECOLOGICO 3 ALBONDIGAS DE TERNERA-CERDO JARDINERA • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>	<p>12 KCal. 791 H.C. 143 Lip. 18 P. 22</p> <p>ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido) BOCADITOS DE BACALAO (3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>	<p>13 KCal. 817 H.C. 77 Lip. 46 P. 26</p> <p>ALUBIAS JARDINERA con guisante, judía, zanahoria, cebolla TORTILLA FRANCESA CON FIAMBRE DE PAVO • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>	<p>14 KCal. 872 H.C. 65 Lip. 53 P. 36</p> <p>CREMA PARMENTIER con crujiente de jamón (patata, cebolla, leche y jamón) PECHUGA DE POLLO EMPANADA CON GUARNICION DE HUMMUS • Guarnición: ENSALADA CON LECHUGA, COL, PIPAS, CEBOLLA FRITA HUESITOS PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>	<p>15 KCal. 678 H.C. 69 Lip. 30 P. 37</p> <p>LENTEJAS CASERAS CON ZANAHORIA ECOLOGICA (con cebolla, tomate y zanahoria) LOMO HORNO EN SALSA DE MIEL Y MOSTAZA • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>
<p>18 KCal. 639 H.C. 74 Lip. 31 P. 17</p> <p>SOPA DE PESCADO TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA GUAR. QUESO (huevo con patata y cebolla) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>	<p>19 KCal. 607 H.C. 90 Lip. 21 P. 21</p> <p>PAELLA VALENCIANA (con pollo, judía verde, garrofón) ENSALADA COMPLETA (lechuga, tomate, atún, huevo, aceitunas) FRUTA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>	<p>20 KCal. 677 H.C. 69 Lip. 33 P. 31</p> <p>LENTEJAS CON ZANAHORIA ECOLOGICA (cebolla, tomate y zanahoria ECO) ALITAS DE POLLO AL AJILLO (3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>	<p>21 KCal. 679 H.C. 87 Lip. 23 P. 36</p> <p>PAJARITAS CON VERDURAS (calabacín, tomate, pimiento, cebolla, zanahoria) ABADEJO HORNO EN SALSA CREMOSA DE CALABAZA • Guarnición: ENSALADA CON SOJA FRUTA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>	<p>22 KCal. 709 H.C. 93 Lip. 28 P. 25</p> <p>POTAJE DE GARBANZOS CON CEBOLLA ECOLOGICA (cebolla, tomate, espinacas, zanahoria) HUEVOS CON BECHAMEL (3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>
<p>25 KCal. 645 H.C. 65 Lip. 33 P. 25</p> <p>SOPA JULIANA CON PASTA POLLO AL CHILINDRÓN • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>	<p>26 KCal. 765 H.C. 116 Lip. 26 P. 23</p> <p>ARROZ REQUENENSE (con garbanzos, chorizo y morcilla) CROQUETAS DE BACALAO (3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>	<p>27 KCal. 699 H.C. 69 Lip. 36 P. 30</p> <p>LENTEJAS CASERAS CON ZANAHORIA ECOLOGICA (con cebolla, tomate y zanahoria) MERLUZA AL HORNO CON LIMON • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>	<p>28 KCal. 774 H.C. 70 Lip. 46 P. 24</p> <p>PURÉ DE ZANAHORIA ECOLOGICA HAMBURGUESA DE TERNERA Y CERDO CON CEBOLLA CAMELIZADA • Guarnición: ENSALADA CON SOJA YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>	<p>29 KCal. 787 H.C. 87 Lip. 37 P. 30</p> <p>ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (cebolla ecológica, patata, tomate, zanahoria ecológica) TORTILLA FRANCESA CON QUESITO • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>