



| Lunes                                                                                                                                                                                                                                                            | Martes                                                                                                                                                                                                                                                                            | Miércoles                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jueves                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Viernes                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>5</b> KCal. 842 H.C. 96 Lip. 38 P. 36</p> <p>CARACOLILLOS CON SOJA TEXTURIZADA (salsa de tomate, soja texturizada)<br/>ABADEJO A LA GALLEGA<br/>• Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA<br/>PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>                   | <p><b>6</b> KCal. 654 H.C. 95 Lip. 18 P. 30</p> <p>FABADA CON VERDURAS ECO<br/>TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA GUAR. PAVO (huevo con patata y cebolla)<br/>• Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA<br/>PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>                                   | <p><b>7</b> KCal. 654 H.C. 118 Lip. 17 P. 14</p> <p>PAELLA DE VERDURAS CON V. ECO (judía, zanahoria, alcachofa, guisante, coliflor, espárrago)<br/>NUGGETS DE BROCOLI (3xrac.)<br/>• Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA<br/>PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p> | <p><b>8</b> KCal. 581 H.C. 61 Lip. 22 P. 37</p> <p>CREMA CASTELLANA CON VERDURA ECO (garbanzo, alubia, tomate, zanahoria ECO y cebolla ECO)<br/>ESTOFADO DE PAVO (con judías, cebolla, tomate, zanahoria, champiñón)<br/>• Guarnición: ENSALADA CON SOJA FRUTA ECOLÓGICA<br/>PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p> | <p><b>2</b> KCal. 632 H.C. 96 Lip. 21 P. 21</p> <p>PAELLA VALENCIANA (con pollo, judía verde, garrofón)<br/>ENSALADA COMPLETA (lechuga, tomate, atún, huevo, aceitunas)<br/>FRUTA<br/>PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>                  |
| <p><b>12</b> KCal. 742 H.C. 105 Lip. 28 P. 22</p> <p>ESPIRALES INTEGRALES CON TOMATE (cebolla, tomate, oregano, perejil, albahaca)<br/>HUEVOS CON BECHAMEL (3xrac.)<br/>• Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA<br/>PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p> | <p><b>13</b> KCal. 531 H.C. 64 Lip. 21 P. 25</p> <p>CREMA ALICIA (guisantes, calabaza, zanahoria, cebolla)<br/>POLLO AL CURRY CON PATATA PANADERA<br/>• Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA<br/>PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>                                     | <p><b>14</b> KCal. 720 H.C. 116 Lip. 22 P. 20</p> <p>PAELLA DE VERDURAS CON V. ECO (judía, zanahoria, alcachofa, guisante, coliflor, espárrago)<br/>ENSALADA COMPLETA (lechuga, tomate, atún, huevo, aceitunas)<br/>FRUTA<br/>PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>  | <p><b>15</b> KCal. 717 H.C. 77 Lip. 31 P. 35</p> <p>LENTEJAS A LA JARDINERA (guisantes, judías, zanahoria, tomate, cebolla)<br/>VENTRESCA DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE MANZANA ECOLÓGICA<br/>• Guarnición: ENSALADA CON SOJA YOGUR NATURAL AZUCARADO<br/>PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>                  | <p><b>16</b> KCal. 837 H.C. 81 Lip. 44 P. 31</p> <p>PASTEL TIERRA Y MAR<br/>6 BOCADITOS DE MAR SIN GLUTEN CON MAHONESA<br/>• Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y PEPINO HORCHATA<br/>PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>                     |
| <p><b>19</b> KCal. 729 H.C. 60 Lip. 48 P. 17</p> <p>GUISADO DE VERDURAS CON CALABACIN ECOLÓGICO<br/>TORTILLA FRANCESA CON QUESITO<br/>• Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA<br/>PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>                                   | <p><b>20</b> KCal. 710 H.C. 112 Lip. 23 P. 20</p> <p>ESPAGUETTI NAPOLITANA (con ajo, tomate, cebolla)<br/>BOCADITOS DE BACALAO (3xrac.)<br/>• Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA<br/>PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>                                               | <p><b>21</b> KCal. 955 H.C. 84 Lip. 59 P. 27</p> <p>GARBANZOS JARDINERA con guisante, judía, zanahoria, cebolla<br/>ALBONDIGAS VEGETALES (4UN.) CON SALSA DE VERDURAS<br/>• Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA<br/>PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>          | <p><b>22</b> KCal. 567 H.C. 88 Lip. 18 P. 18</p> <p>PAELLA VALENCIANA (con pollo, judía verde, garrofón)<br/>ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, tomate, caballa, zanahoria, huevo, aceitunas)<br/>FRUTA<br/>PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>                                                                     | <p><b>23</b> KCal. 797 H.C. 68 Lip. 48 P. 26</p> <p>PURE DE GUISANTES ECOLÓGICOS<br/>VENTRESCA DE MERLUZA AL "ALL I PEBRE"<br/>• Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA<br/>PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>                          |
| <p><b>26</b> KCal. 760 H.C. 77 Lip. 44 P. 18</p> <p>GUISADO DE VERDURAS CON CALABACIN ECOLÓGICO<br/>ALBONDIGAS VEGETALES (4UN.) EN SALSA DE TOMATE<br/>• Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA<br/>PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>                  | <p><b>27</b> KCal. 689 H.C. 87 Lip. 25 P. 35</p> <p>PAJARITAS CON VERDURAS (calabacín, tomate, pimiento, cebolla, zanahoria)<br/>ABADEJO EN SALSA DE CALABACIN CON ZANAHORIA<br/>BABY<br/>• Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA<br/>PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p> | <p><b>28</b> KCal. 812 H.C. 85 Lip. 44 P. 24</p> <p>SOPA DE PESCADO CON FRUTOS DE MAR<br/>HAMBURGUESA DE COLIFLOR Y QUESO CON PATATA PANADERA<br/>• Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA<br/>PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p>                                  | <p><b>29</b> KCal. 778 H.C. 88 Lip. 33 P. 33</p> <p>LENTEJAS A LA JARDINERA (guisantes, judías, zanahoria, tomate, cebolla)<br/>TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA GUAR. QUESO (huevo con patata y cebolla)<br/>• Guarnición: ENSALADA CON SOJA YOGUR NATURAL AZUCARADO<br/>PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)</p>        | <p><b>30</b> KCal. 1155 H.C. 161 Lip. 47 P. 30</p> <p>ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido)<br/>CORDON BLUE DE POLLO<br/>• Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA POSTRE LÁCTEO / HELADO<br/>PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)</p> |