



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 KCal. 746 H.C. 70 Lip. 36 P. 38 LENTEJAS CASERAS ECOLOGICAS LONGANIZAS CON FRITADA • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	4 KCal. 895 H.C. 91 Lip. 47 P. 33 ESPAGUETTIS A LA PUTANESCA MERLUZA AL HORNO EN SALSA VERDE • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	5 KCal. 593 H.C. 65 Lip. 30 P. 19 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)	6 KCal. 857 H.C. 111 Lip. 36 P. 29 ARROZ CON MAGRO Y CALABAZA ENSALADA VALENCIANA (lechuga,tomate,atún,huevo,aceitunas) YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	7 KCal. 697 H.C. 97 Lip. 26 P. 21 CREMA BRETONA CON TOSTONES TORTILLA DE PATATA • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)
10 KCal. 690 H.C. 63 Lip. 35 P. 35 GUISADO DE VERDURAS CON CALABACIN ECOLOGICO LOMO ASADO CON PISTO • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	11 KCal. 785 H.C. 81 Lip. 38 P. 34 ALUBIAS A LA RIOJANA (chorizo,cebolla,tomate,zanahoria) TORTILLA FRANCESA CON GUARNICION DE QUESO • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	12 KCal. 881 H.C. 148 Lip. 25 P. 23 ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido) BOCADITOS DE BACALAO (3xrac) • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)	13 KCal. 863 H.C. 69 Lip. 51 P. 34 CREMA DE HORTALIZAS CON PICATOSTES PECHUGA DE POLLO EMPANADA CON GUARNICION DE HUMMUS • Guarnición: ENSALADA CON SOJA FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	14 KCal. 731 H.C. 72 Lip. 37 P. 31 LENTEJAS CASERAS 6ALBONDIGAS VACUNO-CERDO EN SALSA (tomate,judias,champiñon,zanahoria) • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)
17 KCal. 668 H.C. 73 Lip. 32 P. 24 SOPA DE PESCADO CON FRUTOS DE MAR TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA GUAR. QUESO (huevo con patata y cebolla) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	18 KCal. 598 H.C. 86 Lip. 15 P. 35 PAJARITAS CON VERDURAS(calabacín,tomate,pimiento,cebolla,zanahoria) ABADEJO HORNO EN SALSA CREMOSA DE CALABAZA • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	19 KCal. 739 H.C. 75 Lip. 33 P. 40 LENTEJAS CON CALABAZA ECOLÓGICA 2LONGANIZAS C/VERDURAS(judía verde,judía amarilla,berenjena) • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)	20 KCal. 1894 H.C. 89 Lip. 161 P. 26 BOCETO AL ÓLEO SABORES EN LIENZO (pizza con brocoli, aceitunas, bacon y pimiento) • Guarnición: ENSALADA PALETA DE COLORES TINTA DULCE PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	21 KCal. 632 H.C. 96 Lip. 21 P. 21 PAELLA VALENCIANA (con pollo,judía verde,garrofón) ENSALADA COMPLETA (lechuga,tomate,atún,huevo,aceitunas) FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)
24 KCal. 835 H.C. 71 Lip. 48 P. 34 LENTEJAS CASERAS VENTRESCA DE MERLUZA AL "ALL I PEBRE" • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	25 KCal. 582 H.C. 66 Lip. 26 P. 25 SOPA JULIANA CON PASTA POLLO AL CHILINDRÓN • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	26 KCal. 714 H.C. 107 Lip. 25 P. 22 ARROZ REQUENENSE (con garbanzos, chorizo y morcilla) ENSALADA CON ATUN,ACEITUNAS Y QUESO MOZZARELLA FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)	27 KCal. 695 H.C. 77 Lip. 34 P. 24 PURE CALABACIN ECOLOGICO (patata,cebolla,espinaca,calabacin eco) HAMBURGUESA DE POLLO Y CERDO CON CEBOLLA CAMELIZADA • Guarnición: ENSALADA CON SOJA FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	28 KCal. 691 H.C. 91 Lip. 27 P. 26 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)