

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>2.</p> <p><b>Lentejas estofadas con magro</b> <i>Lentils steew with loin</i></p> <p><b>Tortilla de atún con tomate</b> <i>Tuna omelette and tomato</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit, milk and bread</i></p> <p>751 Kcal 33,6g Prot 38,6g Lip 59,7g Hc</p>	<p>3.</p> <p><b>Patatas guisadas a la Riojana</b> <i>Riojana Style stew potatoes</i></p> <p><b>Caballa en aceite con berenjena</b> <i>Mackerel in oil with eggplant</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>602 Kcal 29,3g Prot 26,7g Lip 56,8g Hc</p>	<p>4.</p> <p><b>Sopa de cocido con fideos ecológicos</b> <i>Soup Madrileña style ecologic</i></p> <p><b>Pelota Alicantina</b> <i>Meatballs syle Alicantina</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>571 Kcal 24,8g Prot 23,9g Lip 56,4g Hc</p>	<p>5.</p> <p><b>Judías verdes con jamón</b> <i>Green beans with ham</i></p> <p><b>Pollo en pepitoria</b> <i>Pepitoria chicken style</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>589 Kcal 31,1g Prot 28,5g Lip 47,4g Hc</p>	<p>6.</p> <p><b>Macarrones a la Boloñesa</b> <i>Macaroni Bolognese</i></p> <p><b>Merluza al horno con champiñón</b> <i>Hake halibut with mushroom</i></p> <p><b>Flan y pan</b> <i>Custard and bread</i></p> <p>695 Kcal 41,6g Prot 30,2g Lip 62,1g Hc</p>
<p>9.</p> <p><b>Arroz marinera con calamares y mejillones</b> <i>Marinara rice with squid and mussels</i></p> <p><b>Merluza con salsa de tomate</b> <i>Hake with sauce tomtó</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit , and bread</i></p> <p>662 Kcal 40,5g Prot 23,8g Lip 68,8g</p>	<p>10.</p> <p><b>Potaje de lentejas y verduras</b> <i>Lentils stew with vegetables</i></p> <p><b>Pollo empanado con verduritas</b> <i>Breaded chicken with vegetable</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>840 Kcal 45g Prot 36,6g Lip 73,2g Hc</p>	<p>11.</p> <p><b>Macarrones gratinados con bacon</b> <i>Noodles with bacon</i></p> <p><b>Lomo adobado con pimientos</b> <i>Loin marinated with peppers</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>591 Kcal 14,5g Prot 32,8g Lip 87,4g Hc</p>	<p>12</p> <p><b>Crema de verduras con picatostes</b> <i>Vegetable pureé with croutons</i></p> <p><b>Albóndigas castellanas con zanahoria y guisantes</b> <i>Meatballs style castelbna with and peas</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Natural juice and bread</i></p> <p>527 Kcal 13,2g Prot 16,6g Lip 62,3g Hc:</p>	<p>13.</p> <p>NO LECTIVO</p>
<p>16.</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>17</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>18.</p> <p><b>Arroz caldoso con magro</b> <i>Loin stew rice</i></p> <p><b>Longanizas con pimientos</b> <i>Sausages with peppers</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>885 Kcal 28,2g Prot 47,9g Lip 82,9g Hc</p>	<p>19.</p> <p><b>Judías verdes con tomate y bacon</b> <i>Green beans with tomato and bacon</i></p> <p><b>Tortilla de patata con berenjenas</b> <i>Potatoes omelette with eggplant</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>725 Kcal 40,6g Prot 27,8g Lip 72,5g Hc</p>	<p>20</p> <p><b>Sopa de cocido con fideos ecológicos</b> <i>Soup Madrileña with pasta ecologic</i></p> <p><b>Complemento de garbanzos, carne y verduras</b> <i>Complement stew</i></p> <p><b>Natillas y pan</b> <i>Custard and brean</i></p> <p>571 Kcal 24,8g Prot 23,9g Lip 56,4g Hc :</p>
<p>23.</p> <p><b>Espaguetis con atún</b> <i>Tuna spaguetti</i></p> <p><b>Esc. San Jacobo con pimientos</b> <i>Ham and cheese with peppers</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>607 Kcal 37,1g Prot 23,5g Lip 58,2g Hc</p>	<p>24.</p> <p><b>Patatas a la marinera</b> <i>Potatoes fish style marinera</i></p> <p><b>Nugget de pollo con champiñón</b> <i>Chicken nugget with mushroom</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>628 Kcal 14,1g Prot 32,2g Lip 70,3g Hc</p>	<p>25.</p> <p><b>Puré de verduras</b> <i>Vegetable mashed</i></p> <p><b>Chuleta de Sajonia con patata al horno</b> <i>Saxony style porkchop and fries</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>697 Kcal 19,3g Prot 33g Lip 72,9g Hc</p>	<p>26.</p> <p><b>Empedrado de alubias blancas con verduras</b> <i>White beans stew vegetables</i></p> <p><b>Hamburguesa de pollo con chips</b> <i>Burger chicken and chips</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>784 Kcal 22,7g Prot 12,5g Lip 58,6g Hc:</p>	<p>27. DÍA INTERNACIONAL DEL CELÍACO</p> <p><b>Arroz a la cubana</b> <i>Cuban style rice</i></p> <p><b>Caballa en aceite con berenjena</b> <i>Mackerel in oil with eggplant</i></p> <p><b>Gelatina y pan</b> <i>Jelly and bread</i></p> <p>797 Kcal 46g Prot 35g Lip 70,6g Hc</p>
<p>30.</p> <p><b>Potaje de lentejas y verduras</b> <i>Lentils stew with vegetable</i></p> <p><b>Tortilla francesa con calabacín</b> <i>Francoise omelette with courgete</i></p> <p><b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>693 Kcal 14,1g Prot 32,2g Lip 70,3g Hc</p>	<p>31.</p> <p><b>Macarrones a la boloñesa</b> <i>Bolognesa macaroni</i></p> <p><b>Albóndigas castellanas</b> <i>Meatballs style castelana</i></p> <p><b>Tarrina de helado y pan</b> <i>Glasse and bread</i></p> <p>577 Kcal 4,6g Prot 5,9g Lip 25g Hc:</p>			