



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>857 Kcal 41,88 Gr 41,07 Prot 82,94 HC <b>1</b></p> <p>Crema de Calabacín</p> <p>Lomo Adobado</p> <p>Ensalada de Lechuga y Remolacha</p> <p>Pan Blanco 1-8T-11T Fruta de Temporada</p>	<p>818 Kcal 24,88 Gr 45,31 Prot 108,80 HC <b>2</b></p> <p>Arroz Caldoso de Pollo y Verduras 1T-9T-11T-12T</p> <p>Rape a la Vizcaína 1-4-5-6-7T-8T-9T-11T-12T</p> <p>Ensalada de Lechuga, Tomate y Zanahoria</p> <p>Pan Integral 1-8T-11T  </p> <p>Fruta Ecológica de Temporada</p>	<p>922 Kcal 34,59 Gr 37,31 Prot 122,22 HC <b>3</b></p> <p>Lentejas con Verduras y Patata 1T-9T-11T-12T</p> <p>Tortilla de Jamón York 2T-3-8T-18T</p> <p>Ensalada de Manzana y Zanahoria</p> <p>Pan Blanco 1-8T-11T</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>651 Kcal 18,09Gr 37,09 Prot 90,09 HC <b>4</b></p> <p>Macarrones Integrales con Verduras y Tomate 1-3T</p> <p>Merluza a la Gallega 1T-4-7T-9T-11T-12T</p> <p>Ensalada de Tomate y Maiz</p> <p>Pan Integral 1-8T-11T  </p> <p>Fruta Ecológica de Temporada</p>	<p>885 Kcal 26,90 Gr 57,75 Prot 108,91 HC <b>5</b></p> <p>Potaje de Garbanzos 1-3-8T-9T-11T-12T</p> <p>Pechuga en Salsa Pomodoro</p> <p>Ensalada de Tomate y Zanahoria</p> <p>Pan Blanco 1-8T-11T</p> <p>Fruta de Temporada</p>
<p>879 Kcal 33,16 Gr 27,19 Prot 125,75 HC <b>8</b></p> <p>Arroz al Horno 1T-7T-9T-11T-12T</p> <p>Ensalada de Lechuga y Remolacha</p> <p>Pan Blanco 1-8T-11T</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>688 Kcal 27,49 Gr 26,48 Prot 87,83 HC <b>9</b></p> <p>Lentejas con Verduras y Patata 1T-9T-11T-12T</p> <p>Tortilla Francesa 3</p> <p>Ensalada de Tomate y Zanahoria</p> <p>Pan Integral 1-8T-11T  </p> <p>Fruta Ecológica de Temporada</p>	<p>847 Kcal 31,35 Gr 36,96 Prot 109,26 HC <b>10</b></p> <p>Crema de Verduras</p> <p>Pollo Rustido</p> <p>Ensalada de Lechuga y Maiz</p> <p>Pan Blanco 1-8T-11T</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>692 Kcal 19,81Gr 44,35 Prot 89,00 HC <b>11</b></p> <p>Macarrones Integrales a la Napolitana 1-3T</p> <p>Fogonero a la Bilbaina 1T-4-5T-6T-7T-9T-11T-12T-13</p> <p>Ensalada de Col, Zanahoria y Manzana</p> <p>Pan Integral 1-8T-11T  </p> <p>Fruta Ecológica de Temporada</p>	<p>1.058 Kcal 27,77 Gr 37,83 Prot 168,22 HC <b>12</b></p> <p>Pizza de Jamón y Queso 1-2-4T-8T-11T-18</p> <p>Guiso de Garbanzos, Calabaza, Judía Verde y Patata 1T-9T-11T-12T</p> <p>Pan Blanco 1-8T-11T</p> <p>Fruta de Temporada</p>
<p>814 Kcal 31,30 Gr 27,84 Prot 110,86 HC <b>15</b></p> <p>Lentejas Estofadas 1T-9T-11T-12T</p> <p>Tortilla Francesa con Brócoli 3</p> <p>Ensalada de Manzana y Zanahoria</p> <p>Pan Blanco 1-8T-11T</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>740 Kcal 35,66 Gr 34,21 Prot 72,70 HC <b>16</b></p> <p>Crema de Calabacín</p> <p>Pollo en Salsa Jardinera</p> <p>Ensalada de Lechuga y Remolacha</p> <p>Pan Integral 1-8T-11T  </p> <p>Fruta Ecológica de Temporada</p>	<p>908 Kcal 33,87 Gr 28,90 Prot 129,31 HC <b>17</b></p> <p>Alubias con Arroz 1T-9T-11T-12T</p> <p>Tortilla de Patatas 3</p> <p>Ensalada de Lechuga, Tomate y Zanahoria</p> <p>Pan Blanco 1-8T-11T</p> <p>Fruta de Temporada</p>	<p>705 Kcal 21,03Gr 44,37 Prot 89,81 HC <b>18</b></p> <p>Macarrones Integrales con Verduras y Tomate 1-3T</p> <p>Limanda en Salsa Verde 4</p> <p>Ensalada de Tomate y Maiz</p> <p>Pan Integral 1-8T-11T  </p> <p>Fruta Ecológica de Temporada</p>	<p>878 Kcal 29,20 Gr 30,84 Prot 129,89 HC <b>19</b></p> <p>Arroz a la Cubana</p> <p>Longanizas a la Plancha 13</p> <p>Ensalada de Tomate y Zanahoria</p> <p>Pan Blanco 1-8T-11T</p> <p>Fruta de Temporada</p>
<p>974 Kcal 41,01 Gr 48,44 Prot 109,17 HC <b>22</b></p> <p>Entremeses de Jamón y Queso 2-8T-18</p> <p>Paella Valenciana 1T-9T-11T-12T</p> <p>Ensalada Especial 4</p> <p>Pan Blanco 1-8T-11T</p> <p>Helado 2-3T-7T-9T-18</p>	<p>Kcal Gr Prot HC <b>23</b></p>	<p>Kcal Gr Prot HC <b>24</b></p>	<p>Kcal Gr Prot HC <b>25</b></p>	<p>Kcal Gr Prot HC <b>26</b></p>

VACACIONES



Fruta ecológica que se proporcionará al centro: manzana golden, naranja, banana, manzana royal.

ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescados y mariscos 5-Crustaceos 6-Moluscos 7-Cacahuetes 8-Soja 9-Frutos secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces 17-Legumbres 18-PLV

