

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	7 KCal. 874 H.C. 134 Lip. 25 P. 37 FIDEUÁ DE MARISCO PANINI DE CHAMPIÑÓN Y QUESO • ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	8 KCal. 1027 H.C. 134 Lip. 40 P. 37 CALDO GALLEGO CONTRAMUSLO EMPANADO CASERO • CON HORTALIZAS SALTEADAS Y ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	9 KCal. 724 H.C. 75 Lip. 39 P. 21 PATATAS RIOJANA TORTILLA CON CEBOLLA • ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA ACTIMEL NATURAL PAN	10 KCal. 756 H.C. 96 Lip. 26 P. 40 LENTEJAS CON CALABAZA ECOLÓGICA SALMÓN SOBRE SALTEADO DE CEBOLLA Y PUERRO • ENSALADA CON LECHUGA, APIO Y COL LOMBARDA FRUTA DE TEMPORADA PAN
13 KCal. 750 H.C. 100 Lip. 27 P. 30 GUISADO MARINERO HUEVOS CON BECHAMEL • CON GUIANTES Y ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	14 KCal. 781 H.C. 126 Lip. 23 P. 23 ENSALADA CON ATÚN, MAÍZ Y HUEVO PAELLA VALENCIANA FRUTA DE TEMPORADA PAN	15 KCal. 827 H.C. 118 Lip. 25 P. 37 FABADA DE VERDURAS ECOLÓGICAS SOLOMILLO DE CERDO A LA NARANJA • DADOS DE BONIATO Y ENSALADA DE ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	16 KCal. 894 H.C. 111 Lip. 40 P. 30 ESPIRALES INTEGRALES CON VERDURAS MERLUZA A LA VASCA (con huevo cocido y guisantes) • CON CHAMPINONES Y ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 711 H.C. 81 Lip. 32 P. 29 PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA MUSLO DE POLLO A LA PROVENZAL CON SALTEADO DE CALABAZA • ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y PIÑA YOGUR PAN
20 KCal. 872 H.C. 134 Lip. 28 P. 29 PAELLA DE MARISCO AROS DE CEBOLLA (Al horno) • CON QUESITO Y ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA PAN	21 KCal. 913 H.C. 111 Lip. 35 P. 44 POTAJE DE GARBANZOS CON CHORIZO TOSTA DE HUEVO REVUELTO CON TOMATE • ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA YOGUR PAN	22 KCal. 875 H.C. 102 Lip. 41 P. 30 PATATAS CON BECHAMEL DE ESPINACAS GOULASH DE PAVO (guiso de pavo con verduras) • CON HORTALIZAS SALTEADAS Y ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	23 KCal. 734 H.C. 96 Lip. 25 P. 33 PURÉ DE ALUBIAS CON PUERRO Y CALABAZA ECOLÓGICA TORTILLA CON PECHUGA DE PAVO • ZANAHORIA BABY AL VAPOR Y ENSALADA DE LECHUGA CON ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	24 KCal. 842 H.C. 97 Lip. 39 P. 29 CANELONES DE VERDURA BACALAO GRATINADO CON ALL I OLI • CON CALABAZA SALTEADA Y ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN
27 KCal. 721 H.C. 91 Lip. 32 P. 19 HERVIDO DE LA HUERTA (Patata, judía y zanahoria) HAMBURGUESA VEGETAL • HUMMUS DE GARBANZOS Y ENSALADA CON ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	28 KCal. 709 H.C. 89 Lip. 28 P. 25 WOK DE HORTALIZAS DE TEMPORADA CON PIMENTÓN PIZZA CASERA CON ATÚN • ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA YOGUR PAN	29 KCal. 717 H.C. 105 Lip. 21 P. 31 PURÉ DE ZANAHORIA Y GUIANTES ECOLÓGICOS POLLO EN SALSA DE MANZANA • ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	30 KCal. 859 H.C. 121 Lip. 31 P. 33 ARROZ A LA CUBANA (Con tomate y huevo) RABAS REBOZADAS CASERAS • ENSALADA CON LECHUGA, APIO Y COL LOMBARDA FRUTA DE TEMPORADA PAN	31 KCal. 848 H.C. 95 Lip. 35 P. 43 SOPA DE PICADILLO CON GARBANZOS Y PATATA (pollo, jamón y huevo) SECRETO EN SALSA DE SETAS • CON SALTEADO CAMPESTRE Y ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA PAN

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

13 KCal. 651 H.C. 84 Lip. 27 P. 21

GUIISO DE MERLUZA, GUISANTES Y ZANAHORIA
HUEVOS CON BECHAMEL
• CON GUISANTES Y ENSALADA DE LECHUGA,
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

20 KCal. 872 H.C. 134 Lip. 28 P. 29

PAELLA DE MARISCO
AROS DE CEBOLLA (Al horno)
• CON QUESITO Y ENSALADA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

27 KCal. 586 H.C. 88 Lip. 20 P. 17

HERVIDO DE LA HUERTA (Patata, judía y zanahoria)
HAMBURGUESA VEGETAL
• CON GUISANTES Y ENSALADA DE LECHUGA,
TOMATE Y ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

7 KCal. 874 H.C. 134 Lip. 25 P. 37

FIDEUÁ DE MARISCO
PANINI DE CHAMPIÑÓN Y QUESO
• ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

14 KCal. 781 H.C. 126 Lip. 23 P. 23

ENSALADA CON ATÚN, MAÍZ Y HUEVO
PAELLA VALENCIANA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

21 KCal. 913 H.C. 111 Lip. 35 P. 44

POTAJE DE GARBANZOS CON CHORIZO
TOSTA DE HUEVO REVUELTO CON TOMATE
• ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA
YOGUR
PAN

28 KCal. 709 H.C. 89 Lip. 28 P. 25

WOK DE HORTALIZAS DE TEMPORADA CON
PIMENTÓN
PIZZA CASERA CON ATÚN
• ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA
YOGUR
PAN

8 KCal. 1027 H.C. 134 Lip. 40 P. 37

CALDO GALLEGO
CONTRAMUSLO EMPANADO CASERO
• CON HORTALIZAS SALTEADAS Y ENSALADA DE
LECHUGA, PEPINO Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL

15 KCal. 827 H.C. 118 Lip. 25 P. 37

FABADA DE VERDURAS ECOLÓGICAS
SOLOMILLO DE CERDO A LA NARANJA
• DADOS DE BONIATO Y ENSALADA DE ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL

22 KCal. 772 H.C. 88 Lip. 36 P. 27

ESPINACAS CON PATATAS
GOULASH DE PAVO (guiso de pavo con verduras)
• CON HORTALIZAS SALTEADAS Y ENSALADA DE
LECHUGA, PEPINO Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL

29 KCal. 717 H.C. 105 Lip. 21 P. 31

PURÉ DE ZANAHORIA Y GUISANTES ECOLÓGICOS
POLLO EN SALSA DE MANZANA
• ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL

9 KCal. 724 H.C. 75 Lip. 39 P. 21

PATATAS RIOJANA
TORTILLA CON CEBOLLA
• ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA
ACTIMEL NATURAL
PAN

16 KCal. 894 H.C. 111 Lip. 40 P. 30

ESPIRALES INTEGRALES CON VERDURAS
MERLUZA A LA VASCA (con huevo cocido y guisantes)
• CON CHAMPINONES Y ENSALADA DE LECHUGA,
ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

23 KCal. 734 H.C. 96 Lip. 25 P. 33

PURÉ DE ALUBIAS CON PUERRO Y CALABAZA
ECOLÓGICA
TORTILLA CON PECHUGA DE PAVO
• ZANAHORIA BABY AL VAPOR Y ENSALADA DE
LECHUGA CON ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

30 KCal. 859 H.C. 121 Lip. 31 P. 33

ARROZ A LA CUBANA (Con tomate y huevo)
RABAS REBOZADAS CASERAS
• ENSALADA CON LECHUGA, APIO Y COL LOMBARDA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

10 KCal. 756 H.C. 96 Lip. 26 P. 40

LENTEJAS CON CALABAZA ECOLÓGICA
SALMÓN SOBRE SALTEADO DE CEBOLLA Y
PUERRO
• ENSALADA CON LECHUGA, APIO Y COL
LOMBARDA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

17 KCal. 711 H.C. 81 Lip. 32 P. 29

PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA
MUSLO DE POLLO A LA PROVENZAL CON
SALTEADO DE CALABAZA
• ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA
Y PIÑA
YOGUR
PAN

24 KCal. 863 H.C. 124 Lip. 31 P. 29

MACARRONES CON CALABACÍN
BACALAO GRATINADO CON ALL I OLI
• CON CALABAZA SALTEADA Y ENSALADA DE
LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

31 KCal. 784 H.C. 97 Lip. 31 P. 34

SOPA DE FIDEOS CON GARBANZOS
SECRETO EN SALSA DE SETAS
• CON SALTEADO CAMPESTRE Y ENSALADA DE
LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	7 KCal. 874 H.C. 134 Lip. 25 P. 37 FIDEUÁ DE MARISCO PANINI DE CHAMPIÑÓN Y QUESO • ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	8 KCal. 1004 H.C. 141 Lip. 33 P. 42 <u>ALUBIAS CON VERDURAS</u> CONTRAMUSLO EMPANADO CASERO • CON HORTALIZAS SALTEADAS Y ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	9 KCal. 544 H.C. 61 Lip. 27 P. 16 <u>CAZUELA DE PATATAS Y HORTALIZAS</u> TORTILLA CON CEBOLLA • ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA ACTIMEL NATURAL PAN	10 KCal. 756 H.C. 96 Lip. 26 P. 40 LENTEJAS CON CALABAZA ECOLÓGICA SALMÓN SOBRE SALTEADO DE CEBOLLA Y PUERRO • ENSALADA CON LECHUGA, APIO Y COL LOMBARDA FRUTA DE TEMPORADA PAN
13 KCal. 603 H.C. 78 Lip. 20 P. 31 GUISADO MARINERO <u>REVUELTO CON CALABACIN</u> • CON GUIANTES Y ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	14 KCal. 781 H.C. 126 Lip. 23 P. 23 ENSALADA CON ATÚN, MAÍZ Y HUEVO PAELLA VALENCIANA FRUTA DE TEMPORADA PAN	15 KCal. 866 H.C. 130 Lip. 25 P. 38 FABADA DE VERDURAS ECOLÓGICAS <u>TOSTA DE ATÚN</u> FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	16 KCal. 894 H.C. 111 Lip. 40 P. 30 ESPIRALES INTEGRALES CON VERDURAS MERLUZA A LA VASCA (con huevo cocido y guisantes) • CON CHAMPINONES Y ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 711 H.C. 81 Lip. 32 P. 29 PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA MUSLO DE POLLO A LA PROVENZAL CON SALTEADO DE CALABAZA • ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y PIÑA YOGUR PAN
20 KCal. 872 H.C. 134 Lip. 28 P. 19 PAELLA DE MARISCO AROS DE CEBOLLA (Al horno) • CON QUESITO Y ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA PAN	21 KCal. 818 H.C. 111 Lip. 28 P. 36 <u>POTAJE DE GARBANZOS</u> TOSTA DE HUEVO REVUELTO CON TOMATE • ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA YOGUR PAN	22 KCal. 875 H.C. 102 Lip. 41 P. 30 PATATAS CON BECHAMEL DE ESPINACAS GOULASH DE PAVO (guiso de pavo con verduras) • CON HORTALIZAS SALTEADAS Y ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	23 KCal. 734 H.C. 96 Lip. 25 P. 33 PURÉ DE ALUBIAS CON PUERRO Y CALABAZA ECOLÓGICA TORTILLA CON PECHUGA DE PAVO • ZANAHORIA BABY AL VAPOR Y ENSALADA DE LECHUGA CON ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	24 KCal. 842 H.C. 97 Lip. 39 P. 29 CANELONES DE VERDURA BACALAO GRATINADO CON ALL I OLI • CON CALABAZA SALTEADA Y ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN
27 KCal. 721 H.C. 91 Lip. 32 P. 19 HERVIDO DE LA HUERTA (Patata, judía y zanahoria) HAMBURGUESA VEGETAL • HUMMUS DE GARBANZOS Y ENSALADA CON ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	28 KCal. 709 H.C. 89 Lip. 28 P. 25 WOK DE HORTALIZAS DE TEMPORADA CON PIMENTÓN PIZZA CASERA CON ATÚN • ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA YOGUR PAN	29 KCal. 717 H.C. 105 Lip. 21 P. 31 PURÉ DE ZANAHORIA Y GUIANTES ECOLÓGICOS POLLO EN SALSA DE MANZANA • ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	30 KCal. 859 H.C. 121 Lip. 31 P. 33 ARROZ A LA CUBANA (Con tomate y huevo) RABAS REBOZADAS CASERAS • ENSALADA CON LECHUGA, APIO Y COL LOMBARDA FRUTA DE TEMPORADA PAN	31 KCal. 709 H.C. 94 Lip. 28 P. 24 <u>SOPA DE FIDEOS CON GARBANZOS</u> TORTILLA CON CHAMPIÑONES • CON SALTEADO CAMPESTRE Y ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA PAN