



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1 KCal. 720 H.C. 120 Lip. 20 P. 20

ENSALADA COMPLETA DE ATÚN
PAELLA VALENCIANA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

2 KCal. 738 H.C. 113 Lip. 18 P. 38

ESTOFADO DE ALUBIAS CON VERDURAS ECO
LOMO ASADO
• DADOS DE BONIATO Y ENSALADA DE ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL

3 KCal. 890 H.C. 94 Lip. 42 P. 36

CANELONES DE VERDURA
FILETE DE ATÚN EN SALSA DE TOMATE
• CON GUI SANTES ECOLÓGICOS Y ENSALADA DE
LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

4 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

7 KCal. 901 H.C. 137 Lip. 28 P. 30

PAELLA DE MARISCO
EMPANADILLAS HORNEADAS
• CON QUESITO Y ENSALADA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

8 KCal. 905 H.C. 132 Lip. 30 P. 35

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

10 KCal. 705 H.C. 69 Lip. 38 P. 25

HERVIDO DE LA HUERTA (Patata, judía y zanahoria)
SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA DE VERDURAS
• CON CALABAZA SALTEADA Y ENSALADA DE
LECHUGA Y ZANAHORIA
YOGUR
PAN

11 KCal. 901 H.C. 109 Lip. 42 P. 26

ESPIRALES CARBONARA
MERLUZA A LA ANDALUZA CASERA
• CON SALTEADO CAMPESTRE Y ENSALADA DE
LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

14 KCal. 759 H.C. 87 Lip. 35 P. 27

PATATAS A LA BOLONESA DE SOJA
HAMBURGUESA VEGETAL
• HUMMUS DE GUI SANTES Y ENSALADA DE
LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

15 KCal. 916 H.C. 142 Lip. 24 P. 37

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

16 KCal. 699 H.C. 113 Lip. 15 P. 30

PURÉ DE ALUBIAS CON PUERRO Y CALABAZA
ECOLÓGICA
POLLO EN SALSA DE MANZANA
• ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL

17 KCal. 824 H.C. 76 Lip. 47 P. 29

SOPA VEO VEO (Sopa de letras con huevo)
CHALCHIPULPI (Pulпитos de salchichas en puré de
patata)
• ENSALADA DE TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA, MAÍZ
Y ACEITUNAS
TRAMPANTOJO DE HUEVO FRITO (yogur y melocotón)
PAN

18 KCal. 887 H.C. 128 Lip. 31 P. 33

ARROZ A LA CUBANA (Con tomate y huevo)
RABAS REBOZADAS CASERAS
• DADOS DE BONIATO Y ENSALADA DE ZANAHORIA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

21 KCal. 725 H.C. 95 Lip. 25 P. 35

LENTEJAS CON CEREAL INTEGRAL
GOULASH DE PAVO (guiso de pavo con verduras)
• ENSALADA CON LECHUGA, APIO Y COL LOMBARDA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

22 KCal. 738 H.C. 112 Lip. 24 P. 24

ENSALADA COMPLETA CON HUEVO Y MAÍZ
ARROZ AL HORNO (Morcilla, garbanzo, magro y panceta)
YOGUR
PAN

23 KCal. 767 H.C. 119 Lip. 22 P. 29

ESPIRALES INTEGRALES A LA NAPOLITANA
ABADEJO A LA PORTUGUESA (guisado con verduras y
tubérculos)
• PURÉ BONIATO Y ENSALADA DE LECHUGA,
ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL

24 KCal. 766 H.C. 106 Lip. 27 P. 31

CREMA CASTELLANA (Garbanzos con verduras)
ALITAS DE POLLO CON SALSA BARBACOA
• CON HORTALIZAS SALTEADAS Y ENSALADA DE
LECHUGA, PEPINO Y MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

25 KCal. 788 H.C. 69 Lip. 48 P. 25

PATATAS CON BECHAMEL DE ESPINACAS
TORTILLA FRANCESA
• CON CHAMPIÑONES Y ENSALADA DE LECHUGA,
ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA ECOLÓGICA
PAN

28 KCal. 865 H.C. 83 Lip. 49 P. 26

PURÉ DE COLIFLOR ECO Y ALUBIAS BLANCAS
HUEVOS RANCHEROS CON BACON
• ENSALADA CON LECHUGA, APIO Y TOMATE
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

29 KCal. 792 H.C. 92 Lip. 35 P. 28

GUI SADO DE PATATA CON TIRAS DE POTA
CORDON BLEU DE POLLO
• CON SALTEADO CAMPESTRE Y ENSALADA DE
LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN

30 KCal. 779 H.C. 120 Lip. 23 P. 30

SOPA DE COCIDO / COCIDO COMPLETO
ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y
PIÑA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL

31 KCal. 764 H.C. 114 Lip. 28 P. 19

ENSALADA TRANSILVANIA (Remolacha, zanahoria y
aceitunas)
ARROZ DE MAGRO Y CALABAZA
BOLAS DE OSCURIDAD (POP DOTS CON SIROPE DE
FRESA)
PAN