



Festivo  
 100% Vegetal  
 Día especial

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 <b>Festivo</b>	2 <b>Festivo</b>
<b>5</b> <b>Festivo</b>	<b>6</b> <b>Festivo</b>	7 Guacamole casero con nachos Ensalada completa con atún, huevo y crudité Fideuá de marisco Fruta de temporada Pan integral	8 Ensalada de lechuga, col, manzana y zanahoria Alubias con calabaza eco Contramuslo empanado casero con titaina Fruta de temporada Pan blanco	9 Ensalada con lechuga, lombarda y pipas en salsa de yogur Patatas tex mex en salsa de queso Solomillo en salsa de manzana y curry con arroz integral Pan de calatrava Pan blanco
		Kcal. 713 h.c. 93,0 lip. 27,7 p. 21,5	Kcal. 688 h.c. 75,0 lip. 25,8 p. 34,3	Kcal. 1185 h.c. 113,0 lip. 50,0 p. 68,6
12 Ensalada con iceberg, apio y pepinillos Sopa harira vegetal Tortilla de pavo Fruta de temporada Pan blanco	13 Aros de cebolla al horno Ensalada con caballa Paella Fruta de temporada Pan blanco	14 Ensalada de lechuga, espinaca, manzana, apio y lombarda Puré de calabaza y zanahoria Pavo en salsa de ciruela Fruta de temporada Pan integral	15 Romance-La dama y el vagabundo Acción-Puños de Hulk Aventura-en la selva Fantasía-golosa Pan blanco	16 Humus con palitos de zanahoria Guisado de patata marinero Burrito de carne Fruta de temporada Pan blanco
Kcal. 669 h.c. 67,1 lip. 29,8 p. 31,4	Kcal. 783 h.c. 110,0 lip. 28,7 p. 22,0	Kcal. 708 h.c. 57,8 lip. 31,6 p. 46,9	Kcal. 1182 h.c. 116,7 lip. 63,2 p. 31,0	Kcal. 823 h.c. 83,7 lip. 39,7 p. 32,4
19 Ensalada con lechuga, piña y remolacha Lentejas estofadas Albóndigas de vacuno y cerdo en salsa con jardinería de verduras Fruta de temporada Pan blanco	20 Caracolillos a la carbonara Filete de atún encebollado en salsa de tomate Fruta de temporada Pan blanco	21 Ensalada con lechuga, aguacate, maíz y zanahoria Crema de aceitunas con picatostes San Jacobo con patatas Fruta de temporada Pan integral	22 Ensalada de iceberg, apio y lombarda Cazuela de garbanzos con verduras eco Alitas de pollo con rehogado de puerro y zanahoria Fruta de temporada Pan blanco	23 Ensalada de lechuga, brotes y zanahoria Sopa de pescado de lonja con arroz Tortilla de queso Yogur artesano Pan blanco
Kcal. 676 h.c. 79,0 lip. 27,6 p. 23,2	Kcal. 931 h.c. 108,6 lip. 36,9 p. 39,0	Kcal. 951 h.c. 114,1 lip. 45,0 p. 18,5	Kcal. 590 h.c. 70,1 lip. 20,5 p. 28,3	Kcal. 802 h.c. 74,2 lip. 37,2 p. 43,3
26 Ensalada con iceberg, mango, col blanca y aceitunas Patatas a lo pobre Hamburguesa de coliflor y queso con hummus de remolacha Fruta de temporada Pan blanco	27 Ensalada de espinacas, manzana y remolacha Crema bretona Rabas rebozadas caseras con dados de boniato Fruta ecológica Pan blanco	28 Ensalada con iceberg, zanahoria y pepinillos Paella de verdura Tortilla de jamón Fruta de temporada Pan integral	29 Ensalada mezclum, tomate y aceitunas Sopa de cocido Carne, verdura y garbanzos del cocido Yogur de sabor Pan blanco	30 Ensalada de lechuga, manzana, lombarda y zanahoria Macarrones integrales gratinados Lomo asado con salteado campesino Fruta de temporada Pan blanco
Kcal. 1024 h.c. 96,3 lip. 55,6 p. 31,8	Kcal. 785 h.c. 86,4 lip. 31,0 p. 35,7	Kcal. 887 h.c. 102,3 lip. 38,9 p. 31,3	Kcal. 760 h.c. 95,1 lip. 26,5 p. 32,4	Kcal. 913 h.c. 98,6 lip. 36,2 p. 45,3