

### LUNES

553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g



**Ensalada variada**  
Sopa de ave con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido  
**Lomo adobado con pisto de verduras**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Nuggets de pescado casero con boniato al horno y patatas dado  
Fruta de temporada

576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g



**Espirales con tomate y queso**  
**Tortilla francesa y ensalada variada con aceite de albahaca**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Fajitas de verduras y pollo  
Fruta de temporada

745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g

**Ensalada variada**  
**Lentejas ECO con verduras**  
**Pizza casera de atún, queso y orégano**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Wrap de huevo y calabacín  
Fruta de temporada

747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g

**Arroz a banda**  
**Entremeses y ensalada variada**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Crema de verduras  
Crepe de queso y espinacas  
Fruta de temporada

### MARTES

623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g

**Guiso de lentejas**  
**Tortilla de patata con ensalada variada**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Albóndigas de pavo en salsa de tomate con arroz basmati  
Fruta de temporada

685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g



**Ensalada variada**  
**Crema de legumbre y hortalizas de temporada**  
**Taquitos de magro al romero con arroz pilaf**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Salmón en salsa de mostaza con cebollita y patata  
Fruta de temporada

500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g

**Ensalada variada**  
**Macarrones ECO con boloñesa vegetal**  
**Limanda a la vizcaína (con tomate, pimiento y cebolla)**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Hamburguesas de coliflor y queso con arroz basmati  
Fruta de temporada

548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g

**Ensalada variada**  
**Crema de calabacín**  
**Goulash de magro en salsa con pasta coquillet**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Ensalada de arroz  
Croquetas caseras de pescado  
Fruta de temporada

### MIÉRCOLES

610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g

**Ensalada variada**  
**Tallarines a la napolitana**  
**Gallo San Pedro al horno con muselina de mahonesa**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Coliflor gratinada  
Huevo a la plancha  
Fruta de temporada

765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g

**Ensalada variada**  
**Suquet de peix**  
**Coca de pisto y caballa con ensalada variada**  
Fruta de temporada  
Pan con aceite y pimentón

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Pasta con champiñones, tomate y queso fresco  
Fruta de temporada

562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g

**Ensalada variada**  
**Sopa de puchero**  
**Jamón de pollo al ast**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Empanada casera de pisto y huevo duro  
Fruta de temporada

719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g

**Ensalada variada**  
**Estofado de alubias con chorizo**  
**Tortilla de patata con tomate y hierbas provenzales**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Sopa de verduras  
Salmón en salsa de soja  
Fruta de temporada

### JUEVES

502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g

**Ensalada variada**  
**Empedrat**  
**Queso fresco con orégano**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Pasta con verduras y taquitos de salmón  
Fruta de temporada



603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g

**Ensalada variada**  
**Arroz con salsa de tomate y hierbas provenzales**  
**Merluza en salsa mery con guisantes salteados**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Hervido de patata, judía verde y zanahoria  
Tortilla francesa  
Fruta de temporada

713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g

**Plato de ensalada completa con huevo cocido**  
**Arroz al horno con garbanzos**  
**Yogur artesano Els Masets**  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Pasta gratinada con champiñones  
Fruta de temporada

586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g

**Ensalada variada**  
**Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)**  
**Palometa al horno con brócoli salteado**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Hamburguesa de pollo con judías verdes, tomate y arroz  
Fruta de temporada

### VIERNES

616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g

**Ensalada variada**  
**Vichyssoise**  
**Pechuga de pollo empanada casera con maíz salteado**  
Yogur  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Revuelto de pavo con tomate y patata  
Fruta de temporada

765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g

**Ensalada variada**  
**Sopa bruta**  
**Hamburguesa mixta con patatas**  
Yogur con canela  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Garbanzos con tiras de pollo y zanahoria  
Fruta de temporada

520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g

**Ensalada variada**  
**Crema de verduras de temporada con legumbres**  
**Filete de lomo con verduras braseada**  
Fruta de temporada  
Pan integral

**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Calabacines rellenos de atún y quinoa  
Fruta de temporada

729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g

**Ensalada variada**  
**Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea**  
**Tosta de queso, tomate y orégano y croqueta de jamón serrano**  
Yogur  
Pan integral

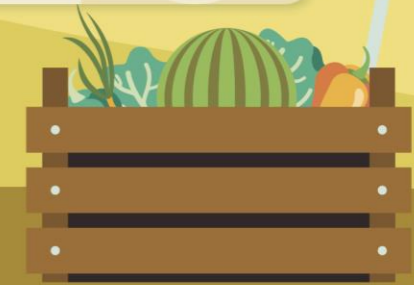
**RECOMENDACIÓN DE CENA:**  
Pizza de coliflor con patatas dado  
Fruta de temporada

EN EL MENÚ  
PODEMOS ENCONTRAR:

• Mínimo 1 vez a la semana pan integral.  
• 1 vez a la semana yogur.

• La fruta adaptada a la temporalidad y proximidad (manzana Royal, manzana Golden, pera Conferencia, pera Blanquilla, mandarina, plátano, caqui).

• Potenciamos las legumbres y pastas ecológicas



## NOS ADAPTAMOS A TUS NECESIDADES

Apostamos por la temporalidad y la proximidad de nuestros productos adaptando nuestros menús a los alimentos de este mes.

Contribuyendo a la sostenibilidad de nuestro planeta.

Elaborando las mejores recetas por nuestros equipos de cocina.

Revisando y adaptando los platos por la nutricionista a las diferentes alergias/patologías de nuestros comensales.



## CONSEJO NUTRICIONAL DEL MES

Utilizar especias en la cocina nos ayuda a mejorar el sabor de nuestros platos además de favorecer la aceptación de alimentos que gustan menos en los más peques. Os animamos a utilizarlas en casa con las siguientes recetas:

PATATAS AL HORNO CON ROMERO



COLIFLOR ESPACIADA CON TOMILLO AL HORNO

TOSTADITAS DE AJO Y QUESO CON PEREJIL



YOGUR CON DÁTILES, PLÁTANO Y CANELA



## NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO

### JUEGOS SOSTENIBLES

Transformaremos distintos objetos de nuestro día a día para convertirlos en juegos y juguetes para poder compartir y divertirnos en el espacio del comedor.

## ADEMÁS, ESTE MES DISFRUTAREMOS:




### JORNADA GASTRONÓMICA DEL JUEGO

Una jornada muy especial sobre los juegos tradicionales ligada a nuestro proyecto educativo para convivir, jugar y saborear.



### COMO MOLA ESTE AROMA

Degustaremos preparaciones gastronómicas con diferentes especias que nos trasladaran a los platos típicos de pueblo, acompañado de actividades que nos permitan conocer las plantas de las que provienen y sus olores.

<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos SG y virutas de huevo cocido Lomo con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de legumbres (sin lentejas) Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Pasta SG a la napolitana Gallo San Pedro al horno con muselina de mahonesa</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Queso fresco con orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo a la plancha con maíz salteado</p> <p>Yogur Pan SG</p>	
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Pasta SG con tomate y queso Tortilla francesa y ensalada variada con <b>aceite de albahaca</b></p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre (sin lentejas) y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b> con arroz pilaf</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Tosta SG de pisto y caballa con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan SG con aceite y pimentón</b></p>	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta (pasta SG) Hamburguesa de ave SG con patatas</p> <p><b>Yogur con canela</b> Pan SG</p>	
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Legumbres (sin lentejas) ECO con verduras Panini SG casero de atún, queso y orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones SG con tomate Limanda a la vizcaína (con tomate, pimiento y cebolla)</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero (pasta SG) Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos (sin embutido)</p> <p> Yogur artesano <b>Els Masetts</b> Pan SG</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres (sin lentejas) Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses SG y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa con arroz pilaf</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con verduras Tortilla de patata con tomatito aliñado</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Espaguetis salta salta (Espaguetis SG con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa al horno con brócoli salteado</p> <p> Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Tosta SG de atún, tomate, queso y orégano</p> <p>Yogur Pan SG</p>	
					<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener el alérgeno. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria.</p>

<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de verduras con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido Pescado al horbno con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines a la napolitana Gallo San Pedro al horno con muselina de mahonesa</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat (sin carne) Queso fresco con orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pescado empanado casero con maíz salteado</p> <p>Yogur Pan integral</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Espirales con tomate y queso Tortilla francesa y ensalada variada con <b>aceite de albahaca</b></p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada Pescado en salsa verde con arroz pilaf</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Coca de pisto y caballa con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa de verduras Hamburguesa vegetal con patatas</p> <p><b>Yogur con canela</b> Pan integral</p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Pizza casera de atún, queso y orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones ECO con boloñesa vegetal Limanda a la vizcaína (con tomate, pimiento y cebolla)</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de verduras Hamburguesa vegetal</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos (sin carne ni embutido)</p> <p> Yogur artesano <b>Els Masets</b> Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Tortilla francesa con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Pescado en salsa con pasta coquillote</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con verduras Tortilla de patata con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa al horno con brócoli salteado</p> <p> Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Tosta de queso, tomate y orégano y croqueta de jamón serrano</p> <p>Yogur Pan integral</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener carne. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria.</p>				

<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos SH y virutas de huevo cocido Lomo adobado con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Pollo en su jugo y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines SH a la napolitana Gratén de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Queso fresco con orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo empanada casera con maíz salteado</p> <p>Yogur Pan</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Pasta SH con tomate y queso Rollitos de pavo y ensalada variada con <b>aceite de albahaca</b></p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b> con arroz pilaf</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Guiso de pollo Coca de pisto y caballa con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Lomo al horno con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta (pasta SH) Hamburguesa de ave (sin alérgenos) con patatas</p> <p><b>Yogur con canela</b> Pan</p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Panini casero de tomate, queso y orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones SH con tomate Lomo a la plancha con verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero (pasta SH) Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa (sin alérgenos) Arroz al horno con garbanzos (sin embutido)</p> <p> Yogur artesano <b>Els Masets</b> Pan</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz de verduras Entremeses y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa con pasta coquilleté</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con verduras Pechuga de pollo a la plancha con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Espaguetis salta salta (Espaguetis SH con salsa de calabaza y queso)</b> Lomo al horno con brócoli salteado</p> <p> Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Tosta de queso, tomate y orégano gratinada</p> <p>Yogur Pan</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener el alérgeno. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria. *Las ensaladas no llevarán frutos secos.</p>				

<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido Lomo adobado con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines a la napolitana Gallo San Pedro al horno con muselina de mahonesa</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Queso fresco con orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo empanada casera con maíz salteado</p> <p>Yogur Pan integral</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Espirales con tomate y queso Tortilla francesa y ensalada variada con <b>aceite de albahaca</b></p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b> con arroz pilaf</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Coca de pisto y caballa con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa mixta con patatas</p> <p><b>Yogur con canela</b> Pan integral</p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Pizza casera de atún, queso y orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones ECO con boloñesa vegetal Limanda a la vizcaína (con tomate, pimienta y cebolla)</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos</p> <p> Yogur artesano <b>Els Masets</b> Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa con pasta coquilleté</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con chorizo Tortilla de patata con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa al horno con brócoli salteado</p> <p> Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Tosta de queso, tomate y orégano y croqueta de jamón serrano</p> <p>Yogur Pan integral</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener melocotón ni ciruela. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria.</p>				

<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido Lomo adobado con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines a la napolitana Gallo San Pedro al horno con muselina de mahonesa</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Queso fresco con orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo empanada casera con maíz salteado</p> <p>Yogur Pan integral</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Espirales con tomate y queso Tortilla francesa y ensalada variada con <b>aceite de albahaca</b></p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b> con arroz pilaf</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Coca de pisto y caballa con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa mixta con patatas</p> <p><b>Yogur con canela</b> Pan integral</p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Pizza casera de atún, queso y orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones ECO con boloñesa vegetal Limanda a la vizcaína (con tomate, pimiento y cebolla)</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos</p> <p> Yogur artesano <b>Els Masets</b> Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa con pasta coquilletle</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con chorizo Tortilla de patata con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa al horno con brócoli salteado</p> <p> Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Tosta de queso, tomate y orégano y croqueta de jamón serrano</p> <p>Yogur Pan integral</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener kiwi. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria.</p>				

<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido Lomo adobado con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines a la napolitana Gallo San Pedro al horno con muselina de mahonesa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Queso fresco con orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo empanada casera con maíz salteado</p> <p>Yogur Pan</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Espirales con tomate y queso Tortilla francesa y ensalada variada con <b>aceite de albahaca</b></p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b> con arroz pilaf</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Coca de pisto y caballa con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa de ave SFS con patatas</p> <p><b>Yogur con canela</b> Pan</p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Panini casero de atún, queso y orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones ECO con tomate Limanda a la vizcaína (con tomate, pimiento y cebolla)</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos (sin embutido)</p> <p> Yogur artesano <b>Els Masetts</b> Pan</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa con pasta coquilletle</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con verduras Tortilla de patata con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa al horno con brócoli salteado</p> <p> Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Tosta de queso, tomate y orégano y croqueta de jamón serrano SFS</p> <p>Yogur Pan</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener el alérgeno. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria. *Las ensaladas no llevarán frutos secos.</p>				



<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido Lomo adobado con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines a la napolitana Gallo San Pedro al horno con muselina de mahonesa</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Queso fresco con orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo empanada casera con maíz salteado</p> <p>Yogur Pan integral</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Espirales con tomate y queso Tortilla francesa y ensalada variada con <b>aceite de albahaca</b></p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b> con arroz pilaf</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Coca de pisto y caballa con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa mixta con patatas</p> <p><b>Yogur con canela</b> Pan integral</p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Pizza casera de atún, queso y orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones ECO con boloñesa vegetal Limanda a la vizcaína (con tomate, pimiento y cebolla)</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos</p> <p> Yogur artesano <b>Els Masets</b> Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa con pasta coquillette</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con chorizo Tortilla de patata con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa al horno con brócoli salteado</p> <p> Fruta de temporada Pan integral</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Tosta de queso, tomate y orégano y croqueta de jamón serrano</p> <p>Yogur Pan integral</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener frutos rojos. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria.</p>				