


















LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-------	--------	-----------	--------	---------

<p>3. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Hervido Alicantino</b> <i>Alicante boiled</i> <b>San Jacobos naturales y patatas panadera</b> <i>San Jacobo with potatoes</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 843 Kcal 28,9g Prot 44,3g Lip 74,7g Hc</p> 	<p>4. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Potaje de lentejas con verduras</b> <i>Stew lentils with vegetable</i> <b>Figuritas merluza Romana con verduritas</b> <i>Hake figurin with tomato</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 779 Kcal 16,9g Prot 33,7g Lip 50,1g Hc</p> 	<p>5. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Patatas Riojana con tomate y pimiento</b> <i>Stew Potatoes style Rioja</i> <b>Tortilla francesa con York y calabacín</b> <i>Omelette french with dumplings</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 754 Kcal 12,3g Prot 12,3g Lip 68,4g Hc</p> 	<p>6. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Arroz caldoso con magro y verduras</b> <i>Rice with loin and vegetables</i> <b>Filete de bacalao con tomate</b> <i>Cod fillet with tomato</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 767 Kcal 38,8g Prot 33,4g Lip 75,3g Hc</p> 	<p>7. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Sopa de cocido con fideos ecológico</b> <i>Stew soup with organic noodles</i> <b>Escalope de pollo con verduritas</b> <i>Chicken escalope with vegetable</i> <b>Yogur natural y pan</b> <i>Yoghurt and bread</i> 661 Kcal 26,5g Prot 17,4g Lip 66,8g Hc</p> 
--	--	---	--	---

<p>10. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Crema de zanahoria, calabaza y puerro</b> <i>Carrots, leek and cream</i> <b>Burger meat mixta c/ judías verdes en salsa</b> <i>Mixed Burger meat with green beans</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 609 Kcal 14g Prot 14,5g Lip 60,5g Hc</p> 	<p>11. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Pasta de colores a la carbonara</b> <i>Colorful pasta carbonara</i> <b>Albóndigas de bacalao con salsa de tomate</b> <i>Cod meatballs with tomato sauce</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 756 Kcal 24,4g Prot 36,5g Lip 78,7g Hc</p> 	<p>12. <b>NO LECTIVO</b></p>	<p>13. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Fideua caldosa con pollo y verduras</b> <i>Chicken vegetable rice</i> <b>Tortilla de patata con cebolla menestra de verdura</b> <i>Hake with tomato and vegetable</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 721 Kcal 19,3g Prot 34,4g Lip 78,7g Hc</p> 	<p>14. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Alubias estofadas con magro y verduras</b> <i>Stew with loin and vegetables beans</i> <b>Muslitos de pollo con verduritas</b> <i>Chicken drumsticks with vegetables</i> <b>Yogur natural y pan</b> <i>Yoghurt and bread</i> 694 Kcal 31,4g Prot 38,8g Lip 47,6g Hc</p> 
---	---	------------------------------	---	---

<p>17. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Crema de verduras con picatostes</b> <i>Vegetable cream</i> <b>Escalope con zanahoria y guisantes</b> <i>Escalope with carrots and peas</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 605 Kcal 30,3g Prot 27,1g Lip 54,3g Hc</p> 	<p>18. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Lentejas ecológicas a la Riojana</b> <i>Organic lentils Rioja style</i> <b>Filetes de caballa en aceite con judías verdes salteadas</b> <i>Mackerel fillet in oil green beans sautéed</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 586 Kcal 36,2g Prot 27,2g Lip 42,3g Hc</p> 	<p>19. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Arroz a la cubana</b> <i>Rice style Cuban</i> <b>Pollo guisado al Chilindrón y patatas al horno</b> <i>Stew chicken style Chilindrón and four</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 788 Kcal 40g Prot 33,6g Lip 77,9g Hc</p> 	<p>20. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Potaje de alubias y verduras</b> <i>Organic beans and vegetable</i> <b>Tortilla francesa con calabacín</b> <i>Fresh omelette with zucchini</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 532 Kcal 25g Prot 24,5g Lip 43,4g Hc</p> 	<p>21. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Pasta Bolonesa ecológica</b> <i>Organic bolognese pasta</i> <b>Filete de merluza la madrileña con verduritas</b> <i>Hake fillet style Madrileña with vegetables</i> <b>Yogur natural y pan</b> <i>Yoghurt and bread</i> 718 Kcal 41,8g Prot 31g Lip 65,6g Hc</p> 
---	---	---	--	---

<p>24. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Fideuá a la marinera</b> <i>Seafood fideua</i> <b>Croquetas caseras y empanadillas</b> <i>Homemade croquettes and dumpling</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 709 Kcal 25,4g Prot 13,9g Lip 67,6g Hc</p> 	<p>25. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Estofado de garbanzos y alubias</b> <i>Stew chickpeas and beans of vegetable</i> <b>Tortilla de patata con calabacín</b> <i>Potatoes omelette with zucchini</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 842 Kcal 29g Prot 37g Lip 87,1g Hc</p> 	<p>26. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Crema de verduras con picatostes</b> <i>Vegetable cream with croutons</i> <b>Muslitos de pollo en salsa con judías verdes en salsa</b> <i>Chicken thighs in sauce with green beans</i> <b>Yogur y pan</b> <i>Yoghurt and bread</i> 641 Kcal 22,6g Prot 30g Lip 63,3g Hc</p> 	<p>27. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Lentejas de la abuela con chorizo</b> <i>Grandman's lentils with chorizo</i> <b>Merluza a la Romana con menestra</b> <i>Style Romana lentils with vegetables</i> <b>Fruta natural y pan</b> <i>Fresh fruit and bread</i> 731 Kcal 42,5g Prot 31,3g Lip 62,5g Hc</p> 	<p>28. <b>Ensalada mixta</b> <i>Mixed salad</i> <b>Sopa de picadillo con jamón y huevo</b> <i>Soup with ham and egg</i> <b>Filete Ruso con salsa de tomate</b> <i>Russian fillet with tomato sauce</i> <b>Yogur natural y pan</b> <i>Yoghurt and bread</i> 726 Kcal 22g Prot 12g Lip 69g Hc</p> 
--	---	--	--	---

<p>31</p> <p><b>NO LECTIVO</b></p>		<p>Según el reglamento (UE) N1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo: La información de alérgenos está disponible en el Centro</p> <p><b>HAPPY HALLOWEEN</b></p>	 <p>CONTIENE: CRUSTACEOS, HUEVOS, PESCADO, CACAHUETES, SOJA, LACTEOS, GLUTEN</p> <p>FRUTOS DE CÁSCARA, APIO, MOSTAZA, GRANOS DE SÉSAMO, MOLUSCOS, ALTRAMUCHES, SULFITOS</p>
------------------------------------	---	---	--