

























LUNES/MONDAY	MARTES/TUESDAY	MIÉRCOLES/WEDNESDAY	JUEVES/THURSDAY	VIERNES/FRIDAY
		1	2	3
TODOS LOS DÍAS LECTIVOS COMO ENTRANTE SE SERVIRÁ ENSELADA EL DÍA QUE NO LO LLEVE COMO GUARNICIÓN		FESTIVIDAD DE TODOS LOS SANTOS	Lentejas estofada con verduras Caballa en aceite con queso fresco Fruta natural y pan blanco e integral   <i>Lentils stewed with vegetables</i> <i>Mackerel in oil with fresh cheese</i> <i>Natural fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Arroz ecológico con tomate y huevo rallado  Hamburguesa de pescado con salsa de champiñón Yogurt natural con trozos de fruta y pan blanco e integral  <i>Organic rice with tomato and grated egg</i> <i>Fish hamburger with mushroom sauce</i> <i>Natural yogurt with pieces of fruit and white and whole wheat bread</i> Fruit and bread Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52
6	7	8	9	10
Macarrones con atún tomate y queso Merluza a la andaluza con ensalada Fruta y pan blanco e integral   <i>Macaroni tuna, tomato and cheese</i> <i>Hake Andalusian style with salad</i> <i>Fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Judías pintas con arroz Abadejo a la plancha con menestra de verdura Fruta y pan blanco e integral   <i>Pinto beans with rice</i> <i>Grilled haddock with vegetable stew</i> <i>Fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Arroz caldoso con verduras Tortilla de calabacín con ensalada Fruta y pan blanco e integral   <i>Rice with vegetables</i> <i>Zucchini omelet with salad</i> <i>Fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Pure de calabaza con picatostes Varitas de merluza al horno con ensalada Fruta y pan blanco e integral   <i>Pumpkin puree with croutons</i> <i>Baked hake sticks with salad</i> <i>Natural fruit and white and whole wheat bread</i>	Sopa de verduras con fideos ecológicos  Complemento de garbanzos, verdura y queso fresco. Yogurt natural con trozos de fruta y pan blanco e integral Noodle soup. Cocido compliment: Chikpeas, meat, chorizo, potatoes and carrots. Fruit and bread Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52
13	14	15	16	17
Lentejas con verduras Abadejo con salsa de tomate cebolla y pimiento Fruta y pan blanco e integral   <i>Noodle soup.</i> <i>Cocido compliment: Chikpeas, meat, chorizo, potatoes and carrots.</i> <i>Fruit and bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Pure de calabaza, calabacín y puerro Tortilla de queso con ensalada Fruta y pan blanco e integral   <i>Pumpkin puree with croutons</i> <i>Baked hake sticks with salad</i> <i>Natural fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Pasta ecológica Carbonara sin carne  Hamburguesa de pescado con ensalada Fruta y pan blanco e integral   <i>Organic pasta carbonara without meat</i> Fish burger with salad <i>Fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-690 / Lip-286/ Prot-15 / HC-50	Ollica eldense de verduras Tortilla de calabacín con berenjena Fruta y pan blanco e integral   <i>Ollica eldense of vegetables</i> <i>Zucchini omelette with eggplant</i> <i>Fruit and white and wholemeal bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Estofado de garbanzos Ventresca de merluza con menestra de verdura Yogurt natural con trozos de fruta y pan blanco e integral  <i>Chickpea stew</i> <i>Hake belly with vegetable stew</i> <i>Natural yogurt with pieces of fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52
20	21	22	23	24
Arroz caldoso de pescado Tortilla de patata con pisto manchego Fruta y pan blanco e integral   <i>Fish rice with broth</i> <i>Potato omelette with pisto manchego (ratatouille)</i> <i>Fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-691 / Lip-28 / Prot-17 / HC-54	Espagueti con tomate y atún Merluza al horno en salsa verde Fruta y pan blanco e integral   <i>Spaghetti with tomato and tuna</i> <i>Baked hake in green sauce</i> <i>Fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Crema de calabacín y puerro Abadejo en salsa Fruta y pan blanco e integral   <i>Cream of zucchini and leek soup</i> <i>Haddock in sauce</i> <i>Fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Sopa de verduras con fideos ecológicos  Complemento garbanzos, verduras y queso fresco Fruta y pan blanco e integral   <i>Stew soup with ecological noodles</i> <i>Complement with chickpeas, vegetables and fresh cheese</i> <i>Fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Lentejas con verduras Pescado al horno con salsa de verduritas Yogurt natural con trozos de fruta y pan blanco e integral   <i>Lentils with vegetables</i> <i>Baked fish with vegetables sauce</i> <i>Natural yogurt with pieces of fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52
27	28	29	30	
Crema de calabacín, guisantes y calabaza Hamburguesa de pescado con tomate, cebolla y lechuga Fruta y pan blanco e integral   <i>Cream of zucchini, peas and pumpkin soup</i> <i>Fish burger with tomato, onion and lettuce slices</i> <i>Fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Alubias blancas con puerro, zanahoria y patata Merluza al horno salsa de verduras Fruta y pan blanco e integral   <i>White beans with leek, carrots and potatoes</i> <i>Baked hake with vegetable sauce</i> <i>Fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Tallarines caldosos con tomate y atún Tortilla de queso con ensalada Fruta y pan blanco e integral   <i>Tagliatelle with tomatoes and tuna</i> <i>Cheese omelet with salad</i> <i>Fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	Hervido de judías verdes patata y zanahoria Ventresca de merluza a la jardinera con pimiento tomate y cebolla Fruta y pan blanco e integral   <i>Boiled green beans, potatoes and carrots</i> <i>Hake belly with tomato, bell pepper, onion and onion</i> <i>Fruit and white and whole wheat bread</i> Kcal-685 / Lip-28 / Prot-15 / HC-52	 Temporada  Integral  Ecológico