

LUNES/MONDAY 1	MARTES/TUESDAY 2	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 3	JUEVES/THURSDAY 4	VIERNESFRIDAY 5
FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO
8	9	10	11	12
FESTIVO	Alubias blancas con verdura y magro Merluza al horno con tomate y calabacín ⁴ Fruta y pan blanco e integral ¹ 732Kcal/36Gr/31.7Prot/68.6 HC	Tallarines ecológicos caldosos con tomate y atún ¹⁻⁴ Tortilla de patata con berenjena ³ Fruta y pan blanco e integral ¹ 692Kcal/24.8 Gr/22.9Prot/91 HC	Lentejas estofadas con verdura ^{1t} Caballa en aceite con queso fresco ²⁻⁴ Fruta natural y pan blanco e integral ¹ 756Kcal/46.4 Gr/26.8Prot/56 HC	Arroz ecológico con tomate y huevo rallado ³ Contramuslo de pollo en salsa con menestra Yogurt natural con trozos de fruta y pan blanco e integral ¹⁻² 701Kcal/29.7Gr/35.8Prot/70.3HC
15	16	17	18	19
Macarrones a la boloñesa con queso ^{1-2-3t} Merluza PBO en salsa con de verduritas ⁴ Fruta y pan blanco e integral ¹ 738Kcal/25.39Gr/25.8 Prot/88.7 HC	Pure de calabaza con picatostes ¹ Contramuslo de pollo con menestra de verdura Fruta natural y pan blanco e integral ¹ 564Kcal/24Gr/23.7Prot/61.6 HC	Arroz caldoso con pavo y verduras Tortilla de patata con calabacín ³ Fruta y pan blanco e integral ¹ 🍌 ^T 886Kcal/25.4Gr/30Prot/130.3HC	Judías pintas con arroz Abadejo al horno con salsa de tomate ⁴ Fruta y pan blanco e integral ^{T 1} 672Kcal/26.2Gr/33.1Prot/74.1HC	Sopa de fideos ecológicos con garbanzos ¹ Pelota alicantina ¹⁻³ Yogurt natural con trozos de fruta y pan blanco e integral ¹⁻² 682Kcal/27Gr/22 Prot/86.8 HC
22	23	24	25	26
Lentejas con verduras ^{1t} Abadejo con salsa de tomate, cebolla y pimiento ⁴ Fruta y pan blanco e integral 🍌 ¹ 645Kcal/26.6Gr/34.7Prot/64.9HC	Puré de calabaza, calabacín y puerro con picatostes ¹ Ragout de pollo en salsa Fruta y pan blanco e integral 🍌 ¹ 549Kcal/24.6Gr/21.8Prot/58.3HC	Pasta ecológica a la carbonara con pavo y queso ¹⁻² Halibut al horno con salsa de verduras ⁴ Fruta y pan blanco e integral 🍌 ¹ 794Kcal/26.2Gr/30.9Prot/67.7HC	Ollica eldense de verduras Tortilla con calabacín y berenjena ³ Fruta y pan blanco e integral 🍌 ¹ 816Kcal/36.5Gr/34.5Prot/85.7HC	Sopa de picadillo c/jamón y huevo picado ¹⁻³ Ventresca de merluza c/menestra de verdura ⁴ Yogurt natural con trozos de fruta y pan blanco e integral ¹⁻² 725Kcal/34.7Gr/27.6Prot/73.8HC
29	30			
Fideua caldosa de pescado ¹⁻⁴ Tortilla de patata con pisto manchego ³ Fruta y pan blanco e integral 🍌 ^{T 1} 883Kcal/25Gr/27.2Prot/113.2HC	Espagueti a la boloñesa con queso ^{1-2-3t} Merluza horno en salsa verde ⁴ Fruta y pan blanco e integral 🍌 ¹ 738Kcal/25.9Gr/35.8 Prot/88.7 HC			

