

LUNES/MONDAY	MARTES/TUESDAY	MIÉRCOLES/WEDNESDAY	JUEVES/THURSDAY	VIERNESFRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO
8	9	10	11	12
FESTIVO	Alubias blancas con verdura Merluza al horno con tomate y calabacín ⁴ Fruta y pan blanco e integral ¹	Tallarines ecológicos caldosos con tomate y atún ¹⁻⁴ Tortilla de patata con berenjena ³ Fruta y pan blanco e integral ¹	Lentejas estofadas con verdura ^{1t} Caballa en aceite con queso fresco ²⁻⁴ Fruta natural y pan blanco e integral ¹	Arroz ecológico con tomate y huevo rallado Halibut con menestra de verduras ³ Yogurt natural con trozos de fruta y pan blanco e integral ¹⁻²
	712Kcal/36Gr/29.7Prot/68.6 HC	692Kcal/24.8 Gr/22.9Prot/91 HC	756Kcal/46.4 Gr/26.8Prot/56 HC	862Kcal/37.6Gr/32.4Prot/96.1HC
15	16	17	18	19
Macarrones con tomate, atún y queso ¹⁻²⁻⁴ Merluza PBO en salsa con de verduritas ⁴ Fruta y pan blanco e integral ¹	Pure de calabaza con picatostes ¹ Halibut al horno con menestra de verdura ⁴ Fruta natural y pan blanco e integral ¹	Arroz caldoso de pescado y verduras Tortilla de patata con calabacín ³ Fruta y pan blanco e integral 🍌 ^{T1}	Judías pintas con arroz Abadejo al horno con salsa de tomate ⁴ Fruta y pan blanco e integral ^{T1}	Sopa de verduras con fideos ecológicos y garbanzos ¹ Merluza plancha con berenjena Yogurt natural con trozos de fruta y pan Blanco e integral ¹⁻²
738Kcal/25.39Gr/25.8 Prot/88.7 HC	543Kcal/21.8Gr/22.4Prot/62.5HC	927Kcal/27.1 Gr/36.9Prot/129.8 HC	672Kcal/26.2Gr/33.1Prot/74.1HC	757Kcal/30Gr/31.1Prot/89.8 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	Puré de calabaza, calabacín y puerro con picatostes ¹ Tortilla de patata con champiñones ³ Fruta y pan blanco e integral 🍌 ¹	Pasta ecológica a la carbonara con atún y queso ¹⁻²⁻⁴ Halibut al horno con salsa de verduras ⁴ Fruta y pan blanco e integral 🍌 ¹	Ollica eldense de verduras Tortilla con calabacín y berenjena ³ Fruta y pan blanco e integral 🍌 ¹	Sopa de verduras c/garbanzos y huevo picado ³ Ventresca de merluza c/menestra de verdura ⁴ Yogurt natural con trozos de fruta y pan blanco e integral ¹⁻²
645Kcal/26.6Gr/34.7Prot/64.9HC	565Kcal/22.8Gr/15.7Prot/72.4HC	794Kcal/26.2Gr/30.9Prot/67.7HC	816Kcal/36.5Gr/34.5Prot/85.7HC	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 🍌 ^{T1}	Espagueti con tomate, atún y queso ¹⁻²⁻⁴ Merluza horno en salsa verde ⁴ Fruta y pan blanco e integral 🍌 ¹			
883Kcal/25Gr/27.2Prot/113.2HC	738Kcal/25.9Gr/35.8 Prot/88.7 HC			



