

LUNES/Monday



Martes/TUESDAY



Miércoles/Wednesday



JUEVES/THURSDAY



Viernes/Friday



11 619 Kcal 33,08 Gr 32,09 Prot 84,24 HC

Ensalada mixta Mixed salad
Lasaña boloñesa de atún Tuna lasagna
1-4

Lomo adobado c/calabacín Pork loin with
zucchini

Fruta natural Fruit

Pan Bread 1

18 738 Kcal 33,17 Gr 29,17 Prot 81,65 HC

Ensalada mixta Mixed salad
Ens. de arroz eco.c/atún,
tomate,maíz,aceitunas Organic rice salad 4

Merluza a la romana c/zanahoria Breaded
hake with carrot 1-3

Fruta natural Fruit

Pan Bread 1

25 689 Kcal 14,99 Gr 16,87 Prot 90,31 HC

Ensalada mixta Mixed salad
Arroz con pollo y verduras Rice with
vegetables and chicken
Huevos revueltos con calabacín y bacón
Scrambled egg with bacon and zucchini 3
Fruta natural Fruit
Pan Bread 1

12 678 Kcal 41,94 Gr 29,20 Prot 89,35 HC

Ensalada mixta Mixed salad
Arroz caldoso con magro y verduras
Rice with lean meat and vegetables

F.halibut a la Madrileña c/patatas
panaderas Hake in sauce&potatoes 4

Fruta natural Fruit

Pan Bread 1

19 691 Kcal 23,96 Gr 21,24 Prot 91,57 HC

Ensalada mixta Mixed salad
Alubias blancas estof.c/magro y
verduras Beans with loin and vegetables

Tortilla de patata con champiñón Potato
omelette with mushroom

Fruta natural Fruit

Pan Bread 1

26 784 Kcal 28,04 Gr 31,88 Prot 85,74 HC

Ensalada mixta Mixed salad
Tallarines a la boloñesa Bolognese pasta 1-3T
Filete de sajonia con pimientos Baked
saxony with peppers
Fruta natural Fruit
Pan Bread 1

13 721 Kcal 24,05 Gr 31,20Prot 78,25 HC

Ensalada mixta Mixed salad
Crema de
calabaza,calabacín,zanahoria
c/picatostes Vegetables cream with croutons
1
Contramuslo de pollo deshuesado
c/berenjenas Boneless chicken
thigh&aubergine

Fruta natural Fruit

Pan Bread 1

20 660 Kcal 23,93 Gr 28,96Prot 70,04 HC

Ensalada mixta Mixed salad
Puré de verduras Vegetables cream with
croutons

Pechuga de pollo con patatas al horno
Grilled chicken fillet with potatoes

Fruta natural Fruit

Pan Bread 1

27 798 Kcal 36,74 Gr 21,40Prot96,74 HC

Ensalada mixta Mixed salad
Puré de veduras naturales Pasta salad
Nuggets de pollo con patatas Chicken
nuggets 1-8
Fruta natural Fruit
Pan Bread 1

14 669 Kcal 24,10Gr 16,08 Prot 116,64 HC

Ensalada mixta Mixed salad
Fideuá ecológica con magro y verduras
Organic fideuá with meat and veg. 1-3T

Tortilla de patata y cebolla con
champiñón Potato omelette with mushroom

Fruta natural Fruit

Pan Bread 1

21 602 Kcal 38,74Gr 38,34 Prot 84,55 HC

Ensalada mixta Mixed salad
Espaguetis boloñesa con carne picada
y queso Organic spaghetti bolognese
w/cheese 1-2-3T
Ventresca de bacalao con berenjena
Fish fillet with aubergine 4

Fruta natural Fruit

Pan Bread 1

28 640 Kcal 36,26Gr 25,48 Prot70,04 HC

Ensalada mixta Mixed salad
Sopa de menudillos Soupv1
Albóndigas de ternera con guisantes y
zanahoria Beef meatballs with vegetables
8
Fruta natural Fruit
Pan Bread 1

15 685 Kcal 41,00 Gr 42,77Prot 79,77HC

Ensalada mixta Mixed salad
Lentejas estofadas con chorizo y
verduras Lentils with chorizo and
vegetables

Croquetas caseras de bacalao y
empanadillas de atún Homemade cod
croquettes and dumplings
1-2-3T-4-5T-6T-8T-9T-10T-11T

Yogur de frutas Yoghurt 2

Pan Bread 1

22 674 Kcal 29,36 Gr 27,25Prot 71,31HC

Ensalada mixta Mixed salad
Sopa con fideos Noodles soup 1

Hamburguesa c/berenjena rebozada
Burger with aubergine in batter 1-3-8

Yogur de frutas Yoghurt 2

Pan Bread 1

29 656 Kcal 52,30 Gr 28,72Prot 85,81HC

Ensalada mixta Mixed salad
Ensalada de pasta Pasta salad 1-3T
Surfers de pescado con chips Hake with
chips 1-2T-3T-4
Yogur de frutas Yoghurt 2
Pan Bread 1

