





LUNES/MONDAY	MARTES/TUESDAY	MIÉRCOLES/WEDNESDAY	JUEVES/THURSDAY	VIERNES/FRIDAY
<p>El menú diario se servirá como entrante con ensalada</p> 	 <p>Giorgia S.G – Dpto. Nutrición</p>			<p>1</p> <p>Lasaña a la boloñesa 1-2-3t-4t-5t-6t-8 Albóndigas con patatas, zanahorias y guisantes 8 Yogurt y pan 1-2</p> <p><i>Lasagna Bolognese Meatballs with potatoes, carrots and peas Yogurt and bread</i></p> <p>733 Kcal/ 39.3 Gr/ 26.8 Prot/ 82.4 HC</p>
<p>4</p> <p>Macarrones ecológicos con carne y tomate 1 Pescado con champiñón laminado 4 Fruta y pan 1</p> <p><i>Organic macaroni with meat and tomatoes Fish with sliced mushroom Fruit and bread</i></p> <p>813 Kcal/ 38.6 Gr/ 33.7 Prot/ 89.3 HC</p>	<p>5</p> <p>Lentejas ecológicas a la riojana 1t-2-8 Tortilla francesa con loncha de queso 2-3 Fruta y pan 1</p> <p><i>Riojana style organic lentils French omelette with cheese slice Fruit and bread</i></p> <p>579 Kcal/ 26.1 Gr/ 19.4 Prot/ 64.9 HC</p>	<p>6</p> <p>Guiso de patatas con carne y verduras Halibut en salsa marinera 1-4-5-6 Fruta y pan 1</p> <p><i>Potato stew with meat and vegetables Halibut in marinara sauce Fruit and bread</i></p> <p>734 Kcal/ 26.7 Gr/ 3.2 Prot/ 89.5 HC</p>	<p>7</p> <p>Sopa de cocido con fideos ecológicos 1-3t Pelota Alicantina 1-3 Fruta natural y pan 1</p> <p><i>Stew soup with organic noodles Alicantin ball Natural fruit and bread</i></p> <p>782 Kcal/ 28.4 Gr/ 29.5 Prot/ 91.7 HC</p>	<p>8</p> <p>Crema de puerros, zanahoria y calabaza Chuleta de Sajonia al horno con berenjena Yogurt y pan 1-2</p> <p><i>Leek, carrots and pumpkin cream Baked Sajonia chop with eggplant Yogurt with bread</i></p> <p>627 Kcal/ 27.1 Gr/ 25.8 Prot/ 69 HC</p>
<p>11</p> <p>Puré de verduras con picatostes 1 Magro en salsa de tomate y patatas al horno Fruta y pan 1</p> <p><i>Vegetable puree with croutons Lean pork in tomato sauce and baked potatoes Fruit and bread</i></p> <p>613 Kcal/ 21.9 Gr/ 23.4 Prot/ 76.6 HC</p>	<p>12</p> <p>Pella mixta de pollo y verdura Croquetas de jamón y empanadillas 1-2-3t-4-5t-6t-8t-10t-11t Fruta y pan 1</p> <p><i>Chicken and vegetables paella Croquettes and tuna empanadilla Fruit and bread</i></p> <p>835 Kcal/ 34.5 Gr/ 21.6 Prot/ 112.5 HC</p>	<p>13</p> <p>Garbanzos guisados con chorizo patata, zanahoria y guisantes 2-8 Alitas de pollo asadas con chips Fruta y pan 1</p> <p><i>Stewed chickpeas with chorizo sausage, potato, carrot and peas Roasted chicken wings with chips Fruit and bread</i></p> <p>774 Kcal/ 28.2 Gr/ 38.4 Prot/ 89.5 HC</p>	<p>14</p> <p>Espirales con atún y tomate 1-4 Latija en salsa verde con champiñones 4 Fruta y pan 1</p> <p><i>Spirals with tuna and tomato Latija in green sauce with mushrooms Fruit and bread</i></p> <p>733 Kcal/ 29 Gr/ 29.9 Prot/ 94.3 HC</p>	<p>15</p> <p>Alubias blancas estofadas con verduras y chorizo casero 2-8 Tortilla francesa con loncha de jamón 3-8-13 Yogurt y pan 1-2</p> <p><i>Stewed whit beans with vegetables and chorizo sausage French omelette with ham slice Yogurt and bread</i></p> <p>630 Kcal/ 24.39 Gr/ 22.1 Prot/ 72.8 HC</p>
<p>18</p> <p>Fideuá de pescado 1-4-5-6 Salchichas de pollo con patatas 8-13 Fruta y pan 1</p> <p><i>Fish fideuá Chicken sausages with potatoes Fruit and bread</i></p> <p>741 Kcal/ 28.2 Gr/ 40.9 Prot/ 79.7 HC</p>	<p>19</p> <p>FESTIVO</p>	<p>20</p> <p>Lentejas ecológicas estofadas c/ chorizo, zanahoria, cebolla y patata 1t-2-8 Tortilla de atún con verduras 3-4 Fruta y pan 1</p> <p><i>Stewed organic lentils with chorizo sausage, carrot, onion and potato Tuna omelette with vegetables Fruit and bread</i></p> <p>829 Kcal/ 31.7 Gr/ 30.9 Prot/ 103 HC</p>	<p>21</p> <p>Arroz con tomate y huevo 3 Muslitos de pollo asado a la jardinera con patatas chips Fruta y pan 1</p> <p><i>Rice with tomato and egg Garden roasted chicken thighs with potato chips Fruit and bread</i></p> <p>688 Kcal/ 26.4 Gr/ 31.5 Prot/ 77.9 HC</p>	<p>22</p> <p>DÍA DE ESTADOS UNIDOS</p> <p>Mac & Cheese 1-2</p> <p>Pollo rebozado estilo Kentucky 1-3-11</p> <p>Tortitas con sirope y pan 1-2-3</p> <p>973 Kcal/ 42.1 Gr/ 31.3 Prot/ 116.8</p> 
<p>25</p> <p>Arroz con magro y verduras Lacón al horno con calabacín Fruta y pan 1</p> <p><i>Rice with lean meat and vegetables Baked lacon with zucchini Fruit and bread</i></p> <p>663 Kcal/ 24.2 Gr/ 22.4 Prot/ 87.3 HC</p>	<p>26</p> <p>Pasta carbonara 1-2 Nuggets de pollo con chips 1-8-11t Fruta y pan 1</p> <p><i>Pasta carbonara Chicken nuggets with chips Fruit and bread</i></p> <p>863 Kcal/ 25.4 Gr/ 22.5 Prot/ 122.3 HC</p>	<p>27</p> <p>Potaje de garbanzos Tortilla de patata con champiñón 3 Fruta y pan 1</p> <p><i>Chickpea stew Potato omelette with mushrooms Fruit and bread</i></p> <p>676 Kcal/ 24.6 Gr/ 23.6 Prot/ 87.9 HC</p>	<p>28</p> 	<p>29</p> <p>FESTIVO</p>