




LUNES/MONDAY	MARTES/TUESDAY	MIÉRCOLES/WEDNESDAY	JUEVES/THURSDAY	VIERNESFRIDAY
<p><b>1</b></p> <p>El menú diario se servirá como entrante con ensalada</p> 	<p><b>2</b></p> <p>FESITVO</p>	<p><b>3</b></p> <p>FESITVO</p>	<p><b>4</b></p> <p>FESITVO</p>	<p><b>5</b></p> <p>FESITVO</p>
<p><b>8</b></p> <p>FESTIVO</p>	<p><b>9</b></p> <p>Crema de calabacín y patata con picatostes <b>1</b>  Hamburguesa mixta con patatas panaderas  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Cream of courgette and potato soup with croutons</i>  <i>Hamburger with baked potatoes</i>  <i>Natural fruit and bread</i></p> <p>778 Kcal/ 36.1 Gr/ 21.7 Prot/ 67.5 HC</p>	<p><b>10</b></p> <p>Lasaña de carne <b>1-2-3t-4t-5t-6t-8</b>  Merluza a la romana con champiñón <b>1-3-4</b>  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Meat lasagne</i>  <i>Hake with mushrooms</i>  <i>Natural fruit and bread</i></p> <p>619 Kcal/ 27.4 Gr/ 25.3 Prot/ 81.5 HC</p>	<p><b>11</b></p> <p>Sopa de cocido con fideos ecológicos <b>1-3t</b>  Pelota alicantina <b>1-3</b>  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Stew soup with organic noodles</i>  <i>Alicante ball</i>  <i>Natural fruit and bread</i></p> <p>762 Kcal/ 34.9 Gr/ 27.3 Prot/ 82.9 HC</p>	<p><b>12</b></p> <p>Arroz caldoso con pavo y verdura  Croquetas y empanadillas de atún <b>1-2-3t-4-5t-6t-8t-10t-11t</b>  Yogurt y pan <b>1-2</b>  <i>Rice with turkey and vegetables</i>  <i>Tuna croquettes and pasties</i>  <i>Yoghurt and bread</i></p> <p>739 Kcal/ 23.5 Gr/ 21.9 Prot/ 106.7 HC</p>
<p><b>15</b></p> <p>Lentejas ecológicas estofadas con patatas, zanahoria y chorizo <b>1t-2-8</b>  Lomo al horno con champiñón  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Stewed organic lentils with potatoes, carrots and chorizo sausage</i>  <i>Baked pork loin with mushrooms</i>  <i>Natural fruit and bread</i></p> <p>587 Kcal/ 23.8 Gr/ 25.3 Prot/ 66.2 HC</p>	<p><b>16</b></p> <p>Paella mixta de magro y verdura  Halibut al horno con cachelos <b>4</b>  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Mixed paella with lean meat and vegetables</i>  <i>Baked halibut with cachelos</i>  <i>Natural fruit and bread</i></p> <p>665 Kcal/ 21 Gr/ 28.4 Prot/ 88.5 HC</p>	<p><b>17</b></p> <p>Puré de verduras (patata, zanahoria, calabacín y puerro) con picatostes <b>1</b>  Pechuga empanada con berenjenas <b>1</b>  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Vegetable purée (potato, carrot, courgette and leek) with croutons</i>  <i>Breaded chicken breast with aubergines</i>  <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>715 Kcal/ 33 Gr/ 26.4 Prot/ 76.1 HC</p>	<p><b>18</b></p> <p>Espaguetis con salsa de tomate <b>1</b>  Tortilla de patata con berenjena <b>3</b>  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Spaghetti with tomato sauce</i>  <i>Potato omelette with aubergine</i>  <i>Natural fruit and bread</i></p> <p>753 Kcal/ 29.3 Gr/ 15.6 Prot/ 104.7 HC</p>	<p><b>19</b></p> <p>Judías blancas estofadas con verduras  Rabas de calamar con chips <b>1-2t-3t-4t-5t-6-8t-13t</b>  Yogurt y pan <b>1-2</b>  <i>White beans stewed with vegetables</i>  <i>Squid with chips</i>  <i>Yoghurt and bread</i></p> <p>655 Kcal/ 24.2 Gr/ 26.8 Prot/ 81.5 HC</p>
<p><b>22</b></p> <p>Patatas a la marinera <b>4-6</b>  Lacón al horno con verduras  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Potatoes with seafood</i>  <i>Baked lacon with vegetables</i>  <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>643 Kcal/ 24.5 Gr/ 24.7 Prot/ 68.1 HC</p>	<p><b>23</b></p> <p>Arroz a la cubana <b>3</b>  Alitas de pollo al horno con champiñón  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Cuban rice</i>  <i>Baked chicken wings with mushrooms</i>  <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>704 Kcal/ 28 Gr/ 22.9 Prot/ 84.3 HC</p>	<p><b>24</b></p> <p>Lentejas ecológicas estofadas c/ chorizo, zanahoria, cebolla y patata <b>1t-2-8</b>  Filete de merluza a la romana con salsa de tomate <b>1-3-4</b>  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Stewed organic lentils w/ chorizo, carrot, onion and potato</i>  <i>Hake fillet with tomato sauce</i>  <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>717 Kcal/ 29 Gr/ 24.6 Prot/ 87.6 HC</p>	<p><b>25</b></p> <p>Fideua de verdura y magro <b>1-3t-8t-11t</b>  Tortilla de patata con atún <b>3-4</b>  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Vegetable and lean meat fideua</i>  <i>Potato omelette with tuna</i>  <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>672 Kcal/ 26.9 Gr/ 32.4 Prot/ 74.1 HC</p>	<p><b>26</b></p> <p><b>DÍA DE MÉJICO</b></p> <p>Nachos con guacamole <b>1</b>  Tacos mejicanos <b>13</b>  Fruta y pan <b>1</b></p>  <p>622 Kcal/ 25.3 Gr/ 27.3 Prot/ 82.6 HC</p>
<p><b>29</b></p> <p>Pasta carbonara <b>1-2</b>  Tortilla francesa con loncha de queso <b>2-3</b>  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Pasta carbonara</i>  <i>French omelette with slice of cheese</i>  <i>Natural fruit and bread</i></p> <p>784 Kcal/ 33.4 Gr/ 42.8 Prot/ 64.5 HC</p>	<p><b>30</b></p> <p>Ollica Eldense <b>2-8</b>  Filete de merluza en salsa verde con guisantes y zanahoria <b>4</b>  Fruta natural y pan <b>1</b>  <i>Ollica Eldense</i>  <i>Hake fillet in green sauce with peas and carrots</i>  <i>Natural fruit and bread</i></p> <p>801 Kcal/ 41.9 Gr/ 40.2 Prot/ 64.1 HC</p>			 <p>Giorgia S.G – Dpto. Nutrición</p>