

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES



9-sep.	10-sep.	11-sep.	12-sep.	13-sep.
ENSALADA MIXTA ARROZ A LA CUBANA (N/C) LENGUADO MENIER CON HUEVO COCIDO (1-7-8) FRUTA DE TEMPORADA E: 621,9 P: 25,60 H: 75,80 L: 20,70	ENSALADA MIXTA Sopa de Estrellitas (1-8) POLLO AL CHILINDRON CON PIMIENTO VERDE ECOL. (4) FRUTA / LACTEO (2) E: 648,9 P: 28,10 H: 61,00 L: 32,50	ENSALADA MIXTA GUISADO DE ALBONDIGAS CON GARBANZOS Y VERDURAS (3-4-8) TORTILLA DE FRANCESA CON TOMATE NATURAL FRUTA DE TEMPORADA E: 588,1 P: 24,20 H: 77,60 L: 20,10	ENSALADA MIXTA LENTEJAS ESTOFADAS CON ZANAHORIA Y CALABACIN ECOLOGICO(4) LOMO ASADO SALSA DE ZANAHORIA (4) FRUTA DE TEMPORADA E: 604,1 P: 24,40 H: 47,40 L: 34,10	ENSALADA MIXTA CODITOS CON ATUN TOMATE Y QUESO (1-2-7-8) PERCA A LA MURCIANA CON PATATA PANADERA (4-7) FRUTA DE TEMPORADA E: 598 P: 19,70 H: ##### L: 20,60
16-sep.	17-sep.	18-sep.	19-sep.	20-sep.
ENSALADA MIXTA SOPA DE LLUVIA (1-8) LOMO ADOBADO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA E: 535,3 P: 29,80 H: 66,90 L: 16,50	ENSALADA MIXTA GARBANZOS EN SALSA (4) TORTILLA DE ATUN CON TOMATE NATURAL FRUTA / LACTEO (2) E: 626,2 P: 21,30 H: 43,10 L: 25,60	ENSALADA MIXTA ARROZ A BANDA CON PESCADO (7-10) CROQUETAS DE JAMON (1-2-8) FRUTA DE TEMPORADA E: 616,3 P: 30,60 H: 60,60 L: 15,70	ENSALADA MIXTA CREMA DE VERDURAS (4) HAMBURGUESA MIXTA CON QUESO (2-3-4) FRUTA DE TEMPORADA E: 651,7 P: 29,10 H: 72,40 L: 27,30	ENSALADA MIXTA TALLARINES NAPOLITANA CON PIMIENTO ECOL. CEBOLLA CALABACIN Y TOMATE (1-2-8) MERLUZA AL HORNO CON VERDURITAS (7) FRUTA DE TEMPORADA E: 610 P: 22,50 H: ##### L: 21,50
23-sep.	24-sep.	25-sep.	26-sep.	27-sep.
ENSALADA MIXTA LENTEJAS ESTOFADAS CON ZANAHORIA Y PIMIENTO VERDE ECOL. (4) FILETE DE HALIBUT SALSA VERDE CON CALABACIN ECOLOG. (7) FRUTA DE TEMPORADA E: 661,4 P: 26,40 H: 64,70 L: 23,00	ENSALADA MIXTA ESPIRALES BOLOGNESA (1-2-8) PERCA AL HORNO CON ZANAHORIA BABY FRUTA / LACTEO (2) E: 637,2 P: 21,40 H: 43,20 L: 30,00	ENSALADA MIXTA GUISADO DE MAGRA CON ZANAHORIA, GUISANTE ECOL. Y CEBOLLA (4) TORTILLA FRANCESA CON QUESO (1-2) FRUTA DE TEMPORADA E: 633,2 P: 23,80 H: 93,10 L: 18,10	ENSALADA MIXTA CREMA DE CALABAZA (4) LOMO ASADO SALSA DE ZANAHORIA (4) FRUTA DE TEMPORADA E: 648,8 P: 34,30 H: 77,50 L: 22,40	ENSALADA MIXTA Sopa de Estrellitas (1-8) POLLO A LA JARDINERA FRUTA DE TEMPORADA E: 683 P: 22,30 H: ##### L: 41,60
30-sep.	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <p style="text-align: center; color: orange;">EQUILIBRIO COMIDAS Y CENAS</p> <p style="text-align: center; color: orange;">SI HAS COMIDO: RECOMENDABLE PARA LA CENA:</p> <p>CEREAL -----> HORTALIZA CRUDA O VERDURA</p> <p>VERDURA -----> FECULAS O CEREAL</p> <p>PESCADO -----> HUEVO O CARNE MAGRA</p> <p>HUEVO -----> CARNE MAGRA O PESCADO</p> <p>CARNE -----> HUEVO O PESCADO</p> </div>			
ENSALADA MIXTA HABICHUELAS ESTOFADAS CON ZANAHORIA (4) TORTILLA DE CALABACIN (1) FRUTA DE TEMPORADA E: 691,4 P: 29,50 H: 84,50 L: 15,00				