

LUNES/MONDAY		MARTES/TUESDAY		MIÉRCOLES/WEDNESDAY		JUEVES/THURSDAY		VIERNES/FRIDAY	
				1		2		3	
<p>El menú diario se servirá con guarnición con ensalada compuesta por distintos ingredientes cada semana</p> 				<p>Lentejas estofadas con verduras 1t Filete ruso con tomate 1-3 Fruta natural y pan 1</p> <p><i>Lentil stew with vegetables</i> <i>Russian-style steak with tomato sauce</i> <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>699 Kcal/ 32.5 Gr/ 31.2 Prot/ 60.4 HC</p>		<p>FESTIVO</p>		<p>FESTIVO</p>	
6		7		8		9		10	
		<p>Desde Andover, os deseamos unas felices vacaciones de Semana Santa, llenas de descanso y momentos en familia</p>							
13		14		15		16		17	
<p>FESTIVO</p>		<p>Macarrones integrales en salsa tomate 1-3t Tortilla francesa con calabacín 3 Fruta natural y pan blanco e integral 1</p> <p><i>Whole wheat macaroni in tomato sauce</i> <i>French omelet with zucchini</i> <i>Fresh fruit and white and wholemeal bread</i></p> <p>693 Kcal/ 31.5 Gr/ 20.2 Prot/ 75.4 HC</p>		<p>Brócoli con patata hervida Ragout de pollo con patata panadera Fruta natural y pan blanco e integral 1</p> <p><i>Brócoli con patata hervida</i> <i>Ragú de pollo con patata panadera</i> <i>Fresh fruit and white and wholemeal bread</i></p> <p>575 Kcal/ 21.5 Gr/ 20.5 Prot/ 43.4 HC</p>		<p>Paella marinera 4-5-6-13 Rabas a la madrileña con verduras 1-6 Fruta natural y pan blanco e integral 1</p> <p><i>Paella marinera</i> <i>Madrid-style fried squid with vegetables</i> <i>Fresh fruit and white and wholemeal bread</i></p> <p>854 Kcal/ 34.5 Gr/ 25.2 Prot/ 104.4 HC</p>		<p>Judías blancas estofadas con chorizo, zanahoria y guisantes 2-8 Cinta de lomo a la plancha con cous cous 1-8t-11t Yogurt y pan blanco e integral 1-2</p> <p><i>Stewed white beans with chorizo, carrots, and peas</i> <i>Grilled pork loin with couscous</i> <i>Yogurt and white and wholemeal bread</i></p> <p>746 Kcal/ 34.5 Gr/ 48.2 Prot/ 55.4 HC</p>	
20		21		22		23		24	
<p>Lentejas de la abuela 1t Limanda al horno con menestra de verdura 4 Fruta natural y pan blanco e integral 1</p> <p><i>Grandma's lentils</i> <i>Baked lemongrass with mixed vegetables</i> <i>Fresh fruit and white and wholemeal bread</i></p> <p>674 Kcal/ 31.5 Gr/ 28.2 Prot/ 59.4 HC</p>		<p>Macarrones integrales con queso y tomate 1-2-3t Palometa con pisto 4 Fruta natural y pan blanco e integral 1</p> <p><i>Wholemeal macaroni with cheese and tomato sauce</i> <i>Pomfret with ratatouille</i> <i>Fresh fruit and white and wholemeal bread</i></p> <p>637 Kcal/ 27 Gr/ 28 Prot/ 64 HC</p>		<p>EXTREMADURA</p> <p>Sopa de verduras al Estilo extremeño</p> <p>Prueba de cerdo extremeña</p> <p>Fruta natural y pan blanco e integral 1</p>  <p>657 Kcal/ 39.5 Gr/ 26.2 Prot/ 44.4 HC</p>		<p>Alubias blancas con chorizo, zanahoria y patata 2-8 Tortilla a la francesa con jamón york 3 Fruta natural y pan blanco e integral 1</p> <p><i>White beans with chorizo, carrot, and potato</i> <i>French omelet with ham</i> <i>Fresh fruit and white and wholemeal bread</i></p> <p>744 Kcal/ 32.5 Gr/ 24.2 Prot/ 82.4 HC</p>		<p>Estofado de patatas con chorizo, cebolla y pimiento 2-8 Muslitos de pollo a la riojana con tomate y pimiento Yogurt y pan blanco e integral 1-2</p> <p><i>Potato stew with chorizo, onion, and pepper</i> <i>Rioja-style chicken thighs with tomato and pepper</i> <i>Yogurt and white and wholemeal bread</i></p> <p>699 Kcal/ 33 Gr/ 29 Prot/ 67 HC</p>	
27		28		29		30			
<p>Guisantes rehogados con jamón de york Albóndigas mixtas de vacuno y cerdo con tomate natural 8-13 Fruta natural y pan blanco e integral 1</p> <p><i>Sautéed peas with ham</i> <i>Mixed beef and pork meatballs with fresh tomato sauce</i> <i>Fresh fruit and white and wholemeal bread</i></p> <p>719 Kcal/ 34.5 Gr/ 27.2 Prot/ 37.2 Prot</p>		<p>Pasta integral carbonara con bacon 1-2-3t Merluza a la romana con champiñón 1-3-4 Fruta natural y pan blanco e integral 1</p> <p><i>Wholemeal pasta carbonara with bacon</i> <i>Breaded hake with mushrooms</i> <i>Fresh fruit and white and wholemeal bread</i></p> <p>840 Kcal/ 38.5 Gr/ 35.2 Prot/ 82.4 HC</p>		<p>Sopa de fideos ecológicos 1-3t Complemento de cocido con garbanzos, chorizo, carne, patata y zanahoria 2-8 Fruta natural y pan blanco e integral 1</p> <p><i>Organic noodle soup</i> <i>A side dish with chickpeas, chorizo, meat, potatoes, and carrots</i> <i>Fresh fruit and white and wholemeal bread</i></p> <p>792 Kcal/ 30.5 Gr/ 28.2 Prot/ 93.4 HC</p>		<p>Crema de calabaza, puerro y cebolla Pollo en pepitoria 1-3-9 Fruta natural y pan blanco e integral 1</p> <p><i>Cream of pumpkin, leek, and onion soup</i> <i>Chicken in pepitoria sauce</i> <i>Fresh fruit and white and wholemeal bread</i></p> <p>556 Kcal/ 22.5 Gr/ 23.2 Prot/ 58.4 HC</p>			