



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 Kcal 745 HC 121 Lip 17 Prot 34 Paella vegetal Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta fresca	2 Kcal 887 HC 75 Lip 37 Prot 65 Crema de verduras locales con picatostes integrales Alitas de pollo asadas con patatas fritas Fruta fresca	3 Kcal 813 HC 92 Lip 27 Prot 58 Garbanzos con calabaza local Bacalao en salsa verde Quesitos la vaca que rie	4 Kcal 839 HC 117 Lip 28 Prot 34 Espirales italiana Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta fresca
	Ensalada - Ave - Fruta	Pasta - Pescado - Yogur	Sopa - Carne - Fruta	Crema - Ave - Yogur
7 Kcal 940 HC 132 Lip 32 Prot 30 Lentejas con verduras locales Frankfurt con ketchup Fruta fresca	8 Kcal 982 HC 78 Lip 46 Prot 66 Marmitako Muslo de pollo asado con calabacin y zanahoria Fruta fresca	9 Kcal 662 HC 83 Lip 24 Prot 31 Crema de calabaza local Merluza a la romana con ensalada Flan	10 Kcal 721 HC 98 Lip 16 Prot 50 Alubias blancas con verduras locales Lomo adobado con champiñones Fruta fresca	11 Kcal 835 HC 126 Lip 24 Prot 35 Caracollitos bolognesa Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca
Sopa - Pescado - Yogur	Verdura - Huevo - Yogur	Arroz - Carne - Fruta	Ensalada - Ave - Yogur	Verdura - Pescado - Yogur
14 Kcal 775 HC 79 Lip 36 Prot 30 Vainas con patatas Hamburguesa a la jardinera Fruta fresca	15 Kcal 749 HC 109 Lip 18 Prot 37 Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca	16 Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46 Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	17 Kcal 804 HC 88 Lip 25 Prot 29 Patatas guisadas Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca	18 Kcal 1023 HC 161 Lip 34 Prot 22 Arroz con tomate Croquetas de jamon con ensalada Postre especial
Arroz - Huevo - Yogur	Sopa - Pescado - Yogur	Ensalada - Huevo - Fruta	Crema - Ave - Yogur	Verdura - Pescado - Fruta
21 Kcal 721 HC 93 Lip 15 Prot 56 Lentejas estofadas Pavo guisado con zanahoria y champiñon Fruta fresca	22 Kcal 894 HC 92 Lip 47 Prot 27 Crema de calabaza local con picatostes Albondigas con patatas fritas Yogur bebible	23 Kcal 750 HC 110 Lip 20 Prot 36 Macarrones con tomate Merluza en salsa verde Fruta fresca	24 Kcal 779 HC 107 Lip 27 Prot 31 Garbanzos con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca	25 Kcal 814 HC 116 Lip 23 Prot 40 Paella de carne Bacalao a la romana con ensalada Fruta fresca
Verdura - Pescado - Yogur	Arroz - Huevo - Fruta	Verdura - Carne - Yogur	Ensalada - Ave - Fruta	Crema - Pescado - Lácteo
28 Kcal 661 HC 80 Lip 22 Prot 38 Crema de verduras locales Lomo adobado con patatas fritas Fruta fresca	29 Kcal 914 HC 139 Lip 33 Prot 21 Lentejas con verduras locales Empanadillas de bonito con ensalada Yogur	30 Kcal 1030 HC 114 Lip 42 Prot 54 Arroz con tomate Muslo de pollo asado con ensalada Fruta fresca		