



mayo 2021

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 Kcal 738 HC 107 Lip 22 Prot 29 Lentejas con verduras locales Merluza en salsa marinera Quesitos la vaca que rie	4 Kcal 339 HC 66 Lip 5 Prot 10 Sopa de fideos (gg) Tortilla paisana Fruta fresca	5 Kcal 608 HC 65 Lip 22 Prot 30 Menestra de verduras Tofu en salsa con champiñón Fruta fresca	6 Kcal 841 HC 126 Lip 26 Prot 33 Espirales con tomate Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca	7 Kcal 731 HC 102 Lip 32 Prot 19 Crema de calabaza local con picatostes integrales Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca
10 Kcal 867 HC 102 Lip 22 Prot 39 Alubias blancas con calabaza local Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca	11 Kcal 664 HC 85 Lip 28 Prot 20 Crema de verduras locales Palitos de merluza con ensalada Fruta fresca	12 Kcal 787 HC 113 Lip 25 Prot 31 Paella vegetal Tofu en salsa con ensalada Fruta fresca	13 Kcal 720 HC 100 Lip 20 Prot 37 Patatas guisadas (gg) Bacalao a la romana con zanahoria y champiñón Natillas	14 Kcal 551 HC 99 Lip 8 Prot 26 Lentejas con arroz Tortilla paisana Fruta fresca
17 Kcal 709 HC 67 Lip 31 Prot 38 Vainas con patatas Huevos cocidos con salsa de tomate Fruta fresca	18 Kcal 765 HC 95 Lip 26 Prot 41 Garbanzos con verduras locales Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	19 Kcal 749 HC 117 Lip 22 Prot 25 Caracolillos con tomate Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca	20 Kcal 730 HC 140 Lip 13 Prot 19 Crema de purrusalda Paella vegetal Yogur	21 Kcal 839 HC 119 Lip 29 Prot 29 Alubias rojas con verduras locales Croquetas de bacalao con ensalada Fruta fresca
24 Kcal 798 HC 128 Lip 23 Prot 20 Lentejas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca	25 Kcal 738 HC 127 Lip 16 Prot 24 Arroz con tomate Filete vegetal a la romana con pimientos rojos Fruta fresca	26 Kcal 781 HC 101 Lip 24 Prot 43 Alubias blancas con verduras locales Merluza a la romana con ensalada Yogur bebible	27 Kcal 702 HC 95 Lip 31 Prot 19 Crema de puerros y espinacas Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca	28 Kcal 643 HC 87 Lip 15 Prot 42 Purrusalda Bacalao en salsa marinera Fruta fresca
31 Kcal 694 HC 84 Lip 28 Prot 23 Vainas con patatas Palitos de merluza con ensalada Fruta fresca				

