



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

