



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 Kcal 826 HC 92 Lip 37 Prot 35	2 Kcal 672 HC 101 Lip 14 Prot 39	3 Kcal 556 HC 74 Lip 13 Prot 41	4 Kcal 702 HC 111 Lip 19 Prot 27
	Patatas a la riojana Alitas de pollo con pimientos rojos Fruta fresca	Macarrones con tomate Bacalao en salsa de verduras con espárragos Fruta fresca	Coliflor con patatas Lomo al horno a la jardinera Quesitos la vaca que ríe	Paella vegetal Merluza en salsa de verduras con ensalada Fruta fresca
7 Kcal 823 HC 117 Lip 29 Prot 30	8 Kcal 575 HC 77 Lip 13 Prot 40	9 Kcal 746 HC 92 Lip 26 Prot 36	10 Kcal 694 HC 83 Lip 22 Prot 44	11 Kcal 798 HC 122 Lip 19 Prot 39
Macarrones bolognesa Tortilla de patata Fruta fresca	Crema de calabaza local Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca	Brocoli con patatas Atun en salsa de verduras con ensalada Flan	Patatas en salsa verde Redondo de ternera con champiñones Fruta fresca	Arroz con tomate Lomo adobado con ensalada Fruta fresca
14 Kcal 388 HC 75 Lip 5 Prot 13	15 Kcal 892 HC 109 Lip 27 Prot 58	16 Kcal 687 HC 84 Lip 25 Prot 35	17 Kcal 956 HC 76 Lip 53 Prot 46	18 Kcal 703 HC 99 Lip 15 Prot 46
Coliflor con patatas Tortilla de patata y chorizo Fruta fresca	Paella de carne Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca	Purrusalda Merluza fresca en salsa verde Yogur	Crema de verduras locales Hamburguesa 100% ternera con ketchup Fruta fresca	Macarrones con tomate Lomo fresco con ensalada Fruta fresca
21 Kcal 655 HC 87 Lip 14 Prot 49	22 Kcal 622 HC 83 Lip 18 Prot 35	23 Kcal 750 HC 110 Lip 20 Prot 36	24 Kcal 700 HC 94 Lip 28 Prot 23	25 Kcal 768 HC 110 Lip 22 Prot 37
Brocoli con patatas Pavo guisado con zanahoria y champiñón Fruta fresca	Crema de calabaza local con picatostes Pechuga de pollo con patatas Yogur bebible	Macarrones con tomate Merluza en salsa verde Fruta fresca	Patatas guisadas Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca	Paella de carne Bacalao en salsa de verduras con ensalada Fruta fresca
28 Kcal 600 HC 80 Lip 15 Prot 38	29 Kcal 650 HC 84 Lip 16 Prot 45	30 Kcal 867 HC 114 Lip 23 Prot 56		
Crema de verduras locales Lomo adobado a la jardinera Fruta fresca	Coliflor con patatas Pavo guisado con ensalada Yogur	Arroz con tomate Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca		

