

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>1</p> <p>(G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo)</p> <p>(A) PALITOS DE MERLUZA FRITOS</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 564,53 Prot: 19,81g Hidrat: 81,19g Grasas: 16,22g Sat: 1,85g Azúc: 11,16g Sal: 2,05g</p>	<p>2</p> <p>(G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, tomate)</p> <p>(A) SALCHICHAS FRANKFURT HORNO</p> <p>(G) ZANAHORIAS BABY</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 626,19 Prot: 20,46g Hidrat: 73,87g Grasas: 28,38g Sat: 7,78g Azúc: 10,78g Sal: 3,05g</p>	<p>3</p> <p>(A) GURULLOS DE ALMERÍA (pollo, patata, pimienta, cebolla, tomate, guisante)</p> <p>(A) TORTILLA FRANCESA AL HORNO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 683,25 Prot: 28,98g Hidrat: 107,01g Grasas: 15,56g Sat: 3,01g Azúc: 12,86g Sal: 2,04g</p>	<p>4</p> <p>(G) CREMA DE VERDURAS (patata, calabacín, cebolla, zanahoria)</p> <p>(G) ASADILLO DE POLLO (zanahoria, champiñón, guisante, tomate, ajo)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 524,05 Prot: 19,33g Hidrat: 84,41g Grasas: 12,04g Sat: 1,71g Azúc: 20,97g Sal: 2,07g</p>	<p>5</p> <p>(G) GUISILLO DE MAGRA (patata, cebolla, pimienta, guisante, ajo)</p> <p>(A) EMPANADILLAS DE ATÚN</p> <p>(G) ARROZ SALTEADO (cebolla, aceite)</p> <p>(G) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(G) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 715,89 Prot: 20,76g Hidrat: 90,80g Grasas: 29,45g Sat: 3,75g Azúc: 21,69g Sal: 1,30g</p>
<p>8</p> <p>(G) CODITOS BOLOÑESA</p> <p>(A) CROQUETAS DE POLLO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 606,40 Prot: 15,37g Hidrat: 84,28g Grasas: 23,84g Sat: 6,07g Azúc: 15,01g Sal: 2,55g</p>	<p>9</p> <p>(A) GUIISO CON JIBIA (potón, guisantes, tomate, cebolla, vino)</p> <p>(G) GALLO PEDRO AL HORNO</p> <p>(G) PISTO DE VERDURAS</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 599,13 Prot: 23,23g Hidrat: 86,21g Grasas: 17,69g Sat: 2,32g Azúc: 17,48g Sal: 2,10g</p>	<p>10</p> <p>(G) ACELGAS ESPARRAGADAS (patata, garbanzos, almendras, pimienta, cebolla)</p> <p>(A) HAMBURGUESA DE POLLO PLANCHA</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 539,56 Prot: 21,49g Hidrat: 55,87g Grasas: 25,94g Sat: 8,12g Azúc: 10,08g Sal: 1,88g</p>	<p>11</p> <p>(G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla)</p> <p>(A) LOMO SAJONIA CON PIMENTÓN AL HORNO</p> <p>(G) PATATAS FRITAS</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 578,15 Prot: 22,69g Hidrat: 71,48g Grasas: 22,61g Sat: 3,51g Azúc: 19,51g Sal: 3,08g</p>	<p>12</p> <p>(G) LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS (patata, zanahoria, tomate, pimienta)</p> <p>(A) TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN AL HORNO</p> <p>(G) ZANAHORIAS BABY</p> <p>(G) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(G) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 706,61 Prot: 24,60g Hidrat: 97,38g Grasas: 22,00g Sat: 4,29g Azúc: 25,92g Sal: 3,92g</p>
<p>15</p> <p>(G) ARROZ CON TOMATE FRITO</p> <p>(A) SALCHICHAS FRANKFURT HORNO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 593,87 Prot: 17,85g Hidrat: 68,99g Grasas: 28,85g Sat: 7,67g Azúc: 9,29g Sal: 2,68g</p>	<p>16</p> <p>(G) CÓCIDO ANDALUZ (j.verdes, garbanzo, zanahoria, puerro, carcasa)</p> <p>(A) SAN JACOBO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 585,95 Prot: 23,41g Hidrat: 92,77g Grasas: 14,54g Sat: 4,04g Azúc: 11,77g Sal: 3,23g</p>	<p>17</p> <p>(G) GUISILLO DE POLLO (cebolla, pimienta, carcasa, guisantes, patata)</p> <p>(A) TORTILLA FRANCESA AL HORNO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 503,75 Prot: 19,71g Hidrat: 72,79g Grasas: 14,43g Sat: 2,62g Azúc: 11,78g Sal: 2,10g</p>	<p>18</p> <p>(G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo)</p> <p>(G) GALLO PEDRO FRITO (harina, aceite)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 483,33 Prot: 22,64g Hidrat: 67,22g Grasas: 12,63g Sat: 1,49g Azúc: 14,51g Sal: 1,10g</p>	<p>19</p> <p>(G) CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla, patata, calabaza)</p> <p>(A) JAMONCITOS POLLO EN AMARILLO (ajos, orégano, hierbas provenzales)</p> <p>(G) PATATAS HORNO (aceite, laurel)</p> <p>(G) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(G) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 573,10 Prot: 27,84g Hidrat: 62,06g Grasas: 22,91g Sat: 4,91g Azúc: 24,12g Sal: 1,35g</p>
<p>22</p> <p>(G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, tomate)</p> <p>(A) LOMO ADOBADO AL HORNO</p> <p>(G) MENESTRA DE VERDURAS COCIDA</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 617,44 Prot: 24,21g Hidrat: 73,21g Grasas: 26,08g Sat: 5,48g Azúc: 10,31g Sal: 3,77g</p>	<p>23</p> <p>(G) SOPA DE LLUVIA CON POLLO (carcasa, huesos, puerro, apio, zanahoria)</p> <p>(A) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 524,20 Prot: 15,87g Hidrat: 70,33g Grasas: 18,52g Sat: 3,33g Azúc: 9,12g Sal: 3,76g</p>	<p>24</p> <p>(G) MACARRONES CON TOMATE Y ATÚN</p> <p>(A) PALETA COCIDA Y QUESO EDAM</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 530,60 Prot: 27,66g Hidrat: 59,25g Grasas: 21,08g Sat: 9,12g Azúc: 11,31g Sal: 2,29g</p>	<p>25</p> <p>(G) CREMA DE CALABACÍN (patata, cebolla, aceite)</p> <p>(A) ALBÓNDIGAS JARDINERA (tomate, champiñón, guisante, zanahoria, cebolla)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 595,85 Prot: 16,04g Hidrat: 76,60g Grasas: 28,48g Sat: 9,78g Azúc: 20,30g Sal: 2,56g</p>	<p>26</p> <p>(G) LENTEJAS CON VERDURAS (patata, j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, laurel)</p> <p>(G) MERLUZA EN SALSAS (tomate, pimienta, cebolla, laurel, aceite)</p> <p>(G) ZANAHORIAS BABY</p> <p>(G) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(G) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 595,32 Prot: 29,86g Hidrat: 75,70g Grasas: 19,36g Sat: 3,39g Azúc: 26,55g Sal: 2,34g</p>
<p>29</p> <p>(G) GUIISO DE MERLUZA (patata, cebolla, pimienta, laurel, tomate)</p> <p>(A) BUÑUELOS DE BACALAO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 506,51 Prot: 13,34g Hidrat: 74,38g Grasas: 17,05g Sat: 2,05g Azúc: 10,28g Sal: 2,29g</p>	<p>30</p> <p>(G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo)</p> <p>(A) PALETA COCIDA Y QUESO EDAM</p> <p>(G) ARROZ SALTEADO (cebolla, aceite)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 596,04 Prot: 26,21g Hidrat: 72,43g Grasas: 21,28g Sat: 8,89g Azúc: 10,11g Sal: 2,19g</p>	<p>3</p>	<p>4</p>	<p>5</p>

GLUTEN
HUEVO
PESCADO
MOLUSCO
SOJA
ALTRAMUCES
LECHE
SÉSAMO
FRUTOS DE CÁSCARA
APIO
MOSTAZA
SULFITOS
CACAHUETE
CRUSTÁCEOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata,pimiento, tomate, cebolla, laurel, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 442,43 Prot: 14,05g Hidrat: 62,82g Grasas: 13,28g Sat: 2,90g Azúc: 20,60g Sal: 0,47g	2 (G) TX GARBANZOS CON ARROZ (patata, j.verdes, pimiento, cebolla, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 342,08 Prot: 10,24g Hidrat: 53,23g Grasas: 10,35g Sat: 2,21g Azúc: 19,26g Sal: 0,37g	3 (G) TX GURULLOS CON POLLO (pimiento, cebolla, patata, tomate, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 543,80 Prot: 20,29g Hidrat: 84,50g Grasas: 13,89g Sat: 3,13g Azúc: 20,79g Sal: 0,71g	4 (G) TX VERDURA CON ABADEJO (patata, cebolla, zanahoria, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 293,30 Prot: 12,68g Hidrat: 30,73g Grasas: 12,91g Sat: 2,83g Azúc: 20,11g Sal: 0,14g	5 (G) TX GUISILLO DE MAGRA (patata, cebolla, pimiento, guisante, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 294,43 Prot: 14,86g Hidrat: 39,24g Grasas: 8,05g Sat: 2,94g Azúc: 18,61g Sal: 0,20g
8 (G) TX VERDURAS CON GALLO PEDRO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 297,30 Prot: 11,02g Hidrat: 32,63g Grasas: 13,24g Sat: 2,87g Azúc: 20,20g Sal: 0,14g	9 (G) TX DE VERDURAS, ARROZ Y POLLO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 452,11 Prot: 13,41g Hidrat: 68,88g Grasas: 13,27g Sat: 2,87g Azúc: 21,47g Sal: 0,41g	10 (G) TX ACELGAS ESPARRAGADAS (garbanzos, zanahoria, tomate, pimiento) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 337,67 Prot: 8,95g Hidrat: 43,29g Grasas: 14,41g Sat: 2,85g Azúc: 18,70g Sal: 0,41g	11 (G) CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y HUEVO (cebolla, patata, aceite) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 395,75 Prot: 11,10g Hidrat: 54,21g Grasas: 14,71g Sat: 3,41g Azúc: 22,98g Sal: 0,14g	12 (G) TX LENTEJAS CON ARROZ (patata, tomate,cebolla, zanahoria, ajo, j.verde) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 368,36 Prot: 14,16g Hidrat: 56,73g Grasas: 8,46g Sat: 2,23g Azúc: 20,43g Sal: 0,44g
15 (G) TX VERDURA CON ABADEJO (patata, cebolla, zanahoria, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 293,30 Prot: 12,68g Hidrat: 30,73g Grasas: 12,91g Sat: 2,83g Azúc: 20,11g Sal: 0,14g	16 (G) TX COCIDO ANDALUZ (huesos, carcasa, apio, garbanzo puerro, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 228,66 Prot: 8,84g Hidrat: 38,63g Grasas: 4,62g Sat: 1,46g Azúc: 19,04g Sal: 0,40g	17 (G) TX GUISILLO DE POLLO (patata, pimiento, zanahoria, cebolla) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 361,70 Prot: 13,89g Hidrat: 57,12g Grasas: 8,10g Sat: 2,16g Azúc: 19,99g Sal: 0,56g	18 (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata,pimiento, tomate, cebolla, laurel, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 442,43 Prot: 14,05g Hidrat: 62,82g Grasas: 13,28g Sat: 2,90g Azúc: 20,60g Sal: 0,47g	19 (G) CREMA DE CALABAZA CON TERNERA (patata, aceite...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 285,10 Prot: 6,69g Hidrat: 36,13g Grasas: 12,71g Sat: 2,78g Azúc: 20,81g Sal: 0,14g
22 (G) TX GARBANZOS CON ARROZ (patata, j.verdes, pimiento, cebolla, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 342,08 Prot: 10,24g Hidrat: 53,23g Grasas: 10,35g Sat: 2,21g Azúc: 19,26g Sal: 0,37g	23 (G) TX VERDURA CON POLLO (patata, calabacín...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 384,00 Prot: 14,27g Hidrat: 51,28g Grasas: 13,14g Sat: 2,88g Azúc: 20,68g Sal: 0,59g	24 (G) TX VERDURAS CON GALLO PEDRO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 297,30 Prot: 11,02g Hidrat: 32,63g Grasas: 13,24g Sat: 2,87g Azúc: 20,20g Sal: 0,14g	25 (G) CREMA DE CALABACÍN CON HUEVO (patata, cebolla, aceite...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 420,90 Prot: 13,83g Hidrat: 52,88g Grasas: 16,52g Sat: 4,03g Azúc: 21,23g Sal: 0,14g	26 (G) TX LENTEJAS CON VERDURAS (patata, tomate, zanahoria, j.verde, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 446,00 Prot: 16,93g Hidrat: 61,54g Grasas: 13,43g Sat: 2,94g Azúc: 21,70g Sal: 0,50g
29 (G) TX GUISO DE MERLUZA (cebolla, patata, pimiento, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 281,11 Prot: 11,58g Hidrat: 38,96g Grasas: 8,26g Sat: 2,17g Azúc: 19,07g Sal: 0,20g	30 (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata,pimiento, tomate, cebolla, laurel, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 442,43 Prot: 14,05g Hidrat: 62,82g Grasas: 13,28g Sat: 2,90g Azúc: 20,60g Sal: 0,47g	3	4	5

GLUTEN HUEVO PESCADO MOLUSCO SOJA ALTRAMUCES LECHE SÉSAMO FRUTOS DE CÁSCARA APIO MOSTAZA SULFITOS CACAHUETE CRUSTÁCEOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata,pimiento, tomate, cebolla, laurel, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 442,43 Prot: 14,05g Hidrat: 62,82g Grasas: 13,28g Sat: 2,90g Azúc: 20,60g Sal: 0,47g	2 (G) TX GARBANZOS CON ARROZ (patata, j.verdes, pimiento, cebolla, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 342,08 Prot: 10,24g Hidrat: 53,23g Grasas: 10,35g Sat: 2,21g Azúc: 19,26g Sal: 0,37g	3 (G) TX VERDURA CON POLLO (patata, calabacín...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 384,00 Prot: 14,27g Hidrat: 51,28g Grasas: 13,14g Sat: 2,88g Azúc: 20,68g Sal: 0,59g	4 (G) TX VERDURA CON ABADEJO (patata, cebolla, zanahoria, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 293,30 Prot: 12,68g Hidrat: 30,73g Grasas: 12,91g Sat: 2,83g Azúc: 20,11g Sal: 0,14g	5 (G) TX GUISILLO DE POLLO (patata, pimiento, zanahoria, cebolla) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 361,70 Prot: 13,89g Hidrat: 57,12g Grasas: 8,10g Sat: 2,16g Azúc: 19,99g Sal: 0,56g
8 (G) TX VERDURAS CON GALLO PEDRO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 297,30 Prot: 11,02g Hidrat: 32,63g Grasas: 13,24g Sat: 2,87g Azúc: 20,20g Sal: 0,14g	9 (G) TX DE VERDURAS, ARROZ Y POLLO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 452,11 Prot: 13,41g Hidrat: 68,88g Grasas: 13,27g Sat: 2,87g Azúc: 21,47g Sal: 0,41g	10 (G) TX POTAJE SIN CARNE (patata, garbanzo, j.verde, apio, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 265,05 Prot: 9,85g Hidrat: 45,80g Grasas: 5,18g Sat: 1,48g Azúc: 19,68g Sal: 0,34g	11 (G) CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y HUEVO (cebolla, patata, aceite) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 395,75 Prot: 11,10g Hidrat: 54,21g Grasas: 14,71g Sat: 3,41g Azúc: 22,98g Sal: 0,14g	12 (G) TX LENTEJAS CON ARROZ (patata, tomate,cebolla, zanahoria, ajo, j.verde) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 368,36 Prot: 14,16g Hidrat: 56,73g Grasas: 8,46g Sat: 2,23g Azúc: 20,43g Sal: 0,44g
15 (G) TX DE VERDURAS, ARROZ Y POLLO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 452,11 Prot: 13,41g Hidrat: 68,88g Grasas: 13,27g Sat: 2,87g Azúc: 21,47g Sal: 0,41g	16 (G) TX COCIDO CON VERDURAS SIN CARNE (garbanzo, j.verde, patata, puerro) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 211,27 Prot: 7,65g Hidrat: 36,26g Grasas: 4,07g Sat: 1,44g Azúc: 17,99g Sal: 0,26g	17 (G) TX GUISILLO DE POLLO (patata, pimiento, zanahoria, cebolla) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 361,70 Prot: 13,89g Hidrat: 57,12g Grasas: 8,10g Sat: 2,16g Azúc: 19,99g Sal: 0,56g	18 (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata,pimiento, tomate, cebolla, laurel, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 442,43 Prot: 14,05g Hidrat: 62,82g Grasas: 13,28g Sat: 2,90g Azúc: 20,60g Sal: 0,47g	19 (G) CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y HUEVO (cebolla, patata, aceite) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 395,75 Prot: 11,10g Hidrat: 54,21g Grasas: 14,71g Sat: 3,41g Azúc: 22,98g Sal: 0,14g
22 (G) TX GARBANZOS CON ARROZ (patata, j.verdes, pimiento, cebolla, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 342,08 Prot: 10,24g Hidrat: 53,23g Grasas: 10,35g Sat: 2,21g Azúc: 19,26g Sal: 0,37g	23 (G) TX VERDURA CON POLLO (patata, calabacín...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 384,00 Prot: 14,27g Hidrat: 51,28g Grasas: 13,14g Sat: 2,88g Azúc: 20,68g Sal: 0,59g	24 (G) TX VERDURAS CON GALLO PEDRO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 297,30 Prot: 11,02g Hidrat: 32,63g Grasas: 13,24g Sat: 2,87g Azúc: 20,20g Sal: 0,14g	25 (G) CREMA DE CALABACÍN CON HUEVO (patata, cebolla, aceite...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 420,90 Prot: 13,83g Hidrat: 52,88g Grasas: 16,52g Sat: 4,03g Azúc: 21,23g Sal: 0,14g	26 (G) TX LENTEJAS CON VERDURAS (patata, tomate, zanahoria, j.verde, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 446,00 Prot: 16,93g Hidrat: 61,54g Grasas: 13,43g Sat: 2,94g Azúc: 21,70g Sal: 0,50g
29 (G) TX GUISO DE MERLUZA (cebolla, patata, pimiento, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 281,11 Prot: 11,58g Hidrat: 38,96g Grasas: 8,26g Sat: 2,17g Azúc: 19,07g Sal: 0,20g	30 (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata,pimiento, tomate, cebolla, laurel, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 442,43 Prot: 14,05g Hidrat: 62,82g Grasas: 13,28g Sat: 2,90g Azúc: 20,60g Sal: 0,47g	3	4	5

GLUTEN HUEVO PESCADO MOLUSCO SOJA ALTRAMUCES LECHE SÉSAMO FRUTOS DE CÁSCARA APIO MOSTAZA SULFITOS CACAHUETE CRUSTÁCEOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) PALITOS DE MERLUZA FRITOS (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 505,73 Prot: 16,93g Hidrat: 73,45g Grasas: 14,57g Sat: 1,67g Azúc: 10,56g Sal: 1,63g	2 (G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, tomate) (G) SALCHICHAS FRANKFURT HORNO (G) ZANAHORIAS BABY (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 479,59 Prot: 11,26g Hidrat: 70,27g Grasas: 17,78g Sat: 3,04g Azúc: 10,38g Sal: 1,61g	3 (G) GURULLOS DE ALMERÍA (pollo, pimienta, patata, guisantes, ajos) (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 540,50 Prot: 23,05g Hidrat: 83,19g Grasas: 13,06g Sat: 2,59g Azúc: 11,88g Sal: 2,16g	4 (G) CREMA DE VERDURAS (patata, calabacín, cebolla, zanahoria) (G) ASADILLO DE POLLO (zanahoria, champiñón, guisante, tomate, ajo) (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 524,05 Prot: 19,33g Hidrat: 84,41g Grasas: 12,04g Sat: 1,71g Azúc: 20,97g Sal: 2,07g	5 (G) GUISILLO DE MAGRA (patata, cebolla, pimienta, guisante, ajo) (G) EMPANADILLAS DE ATÚN (G) ARROZ SALTEADO (cebolla, aceite) (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 531,39 Prot: 17,11g Hidrat: 78,00g Grasas: 16,25g Sat: 3,12g Azúc: 21,69g Sal: 1,30g
8 (G) CODITOS BOLOÑESA (G) CROQUETAS DE POLLO (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 558,90 Prot: 13,87g Hidrat: 72,98g Grasas: 25,74g Sat: 5,24g Azúc: 12,31g Sal: 1,87g	9 (G) CAZUELA DE ARROZ CON POLLO (tomate, guisante, carcasa, laurel, ajos) (G) GALLO PEDRO AL HORNO (G) PISTO DE VERDURAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 602,67 Prot: 20,46g Hidrat: 89,70g Grasas: 18,22g Sat: 2,43g Azúc: 16,95g Sal: 1,98g	10 (G) ACELGAS ESPARRAGADAS (patata, garbanzos, almendras, pimienta, cebolla) (G) HAMBURGUESA DE POLLO PLANCHA (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 505,66 Prot: 19,03g Hidrat: 55,67g Grasas: 23,36g Sat: 6,78g Azúc: 9,96g Sal: 1,80g	11 (G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla) (G) LOMO SAJONIA AL HORNO (G) PATATAS FRITAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 538,85 Prot: 15,08g Hidrat: 68,85g Grasas: 22,83g Sat: 3,19g Azúc: 18,61g Sal: 2,08g	12 (G) LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS (patata, zanahoria, tomate, pimienta) (G) TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN AL HORNO (G) ZANAHORIAS BABY (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 559,86 Prot: 19,60g Hidrat: 83,63g Grasas: 15,00g Sat: 3,21g Azúc: 24,54g Sal: 2,29g
15 (G) ARROZ CON TOMATE FRITO (G) SALCHICHAS FRANKFURT HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 447,27 Prot: 8,65g Hidrat: 65,39g Grasas: 18,25g Sat: 2,93g Azúc: 8,89g Sal: 1,24g	16 (G) COCIDO ANDALUZ (j.verdes, garbanzo, zanahoria, puerro, carcasa) (G) SAN JACOBOS (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 468,95 Prot: 13,91g Hidrat: 70,77g Grasas: 15,44g Sat: 2,19g Azúc: 10,37g Sal: 1,73g	17 (G) GUISILLO DE POLLO (cebolla, pimienta, carcasa, guisantes, patata) (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 503,75 Prot: 19,71g Hidrat: 72,79g Grasas: 14,43g Sat: 2,62g Azúc: 11,78g Sal: 2,10g	18 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) GALLO PEDRO FRITO (harina, aceite) (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 483,33 Prot: 22,64g Hidrat: 67,22g Grasas: 12,63g Sat: 1,49g Azúc: 14,51g Sal: 1,10g	19 (G) CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla, patata, calabaza) (G) POLLO AMARILLO (ajo, aceite, h.provenzales) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 532,90 Prot: 18,01g Hidrat: 71,01g Grasas: 19,72g Sat: 3,83g Azúc: 24,17g Sal: 2,10g
22 (G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, tomate) (G) LOMO ADOBADO AL HORNO (G) MENESTRA DE VERDURAS COCIDA (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 489,74 Prot: 15,25g Hidrat: 69,85g Grasas: 17,32g Sat: 3,03g Azúc: 9,75g Sal: 2,30g	23 (G) SOPA DE LLUVIA CON POLLO (carcasa, huesos, puerro, apio, zanahoria) (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 413,70 Prot: 12,47g Hidrat: 60,98g Grasas: 12,57g Sat: 2,14g Azúc: 8,27g Sal: 1,73g	24 (G) MACARRONES CON TOMATE Y ATÚN (G) PALETA COCIDA Y QUESO EDAM (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 417,20 Prot: 18,04g Hidrat: 59,04g Grasas: 12,89g Sat: 3,81g Azúc: 11,10g Sal: 1,52g	25 (G) CREMA DE CALABACÍN (patata, cebolla, aceite) (G) ALBÓNDIGAS JARDINERA (champiñón, guisante, pimienta, zanahoria, ajos) (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 430,90 Prot: 10,62g Hidrat: 68,06g Grasas: 14,01g Sat: 4,12g Azúc: 17,33g Sal: 1,73g	26 (G) LENTEJAS CON VERDURAS (patata, j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, laurel) (G) MERLUZA EN SALSA (tomate, pimienta, cebolla, laurel, aceite) (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 577,92 Prot: 29,62g Hidrat: 73,90g Grasas: 18,30g Sat: 3,25g Azúc: 25,27g Sal: 2,04g
29 (G) GUIZO DE MERLUZA (patata, cebolla, pimienta, laurel, tomate) (G) BUÑUELOS DE BACALAO (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 506,51 Prot: 13,34g Hidrat: 74,38g Grasas: 17,05g Sat: 2,05g Azúc: 10,28g Sal: 2,29g	30 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) LOMO SAJONIA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 448,93 Prot: 18,74g Hidrat: 61,62g Grasas: 13,05g Sat: 2,16g Azúc: 9,91g Sal: 1,79g	3	4	5

- GLUTEN HUEVO PESCADO MOLUSCO SOJA ALTRAMUCES LECHE SÉSAMO FRUTOS DE CÁSCARA APIO MOSTAZA SULFITOS CACAHUETE CRUSTÁCEOS