























LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		01 - MACARRONES CON TOMATE Y ATÚN - JAMÓN COCIDO Y QUESO EDAM - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 468,5 Prot: 21,04 Hc: 59,15 Lip: 17,21 G.Sat: 5,49 Sal: 1,49 	02 - CREMA DE CALABACÍN (calabacín, patata) - ALBÓNDIGA DE CERDO IBÉRICO SALSA JARDINERA - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 433,11 Prot: 13,03 Hc: 68,38 Lip: 12,34 G.Sat: 2,41 Sal: 1,55 	03 - LENTEJAS CON VERDURA (patatas, j.verdes, pimientos) - ABADEJO HORNO - ZANAHORIAS BABY - YOGUR DE FRUTAS - PAN INTEGRAL Kcal: 496,8 Prot: 25,86 Hc: 71,1 Lip: 11,08 G.Sat: 2,65 Sal: 1,94 
06 - PATATAS AJOPOLLO (almendras, huevo, pan) - BUÑuelos DE PESCADO - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 574,09 Prot: 12,56 Hc: 87,53 Lip: 19,01 G.Sat: 2,46 Sal: 2,38 	07 - ALUBIAS CON VERDURAS (patata, cebolla, pimiento) - LOMO SAJONIA AL HORNO - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 451,03 Prot: 18,84 Hc: 61,99 Lip: 13,07 G.Sat: 2,16 Sal: 1,79 	08 - CAZUELA FIDEOS C/ABADEJO (patatas, pimientos) - CROQUETAS DE POLLO - ARROZ SALTEADO - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 619,79 Prot: 15,59 Hc: 79,68 Lip: 24,79 G.Sat: 3,81 Sal: 2,16 	09 - CREMA VERDURAS (calabacín, puerro) - POLLO SALSA DE TOMATE (tomate triturado, cebolla, ajo) - PATATAS HORNO - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 538,82 Prot: 21,17 Hc: 74,57 Lip: 17,07 G.Sat: 2,71 Sal: 1,68 	10 - POTAJE CALABAZA C/ GARBANZOS (pimiento, znanahoria) - (G) GALLO PEDRO AL HORNO EN SALSA NARANJA - YOGUR DE FRUTAS - PAN INTEGRAL Kcal: 475,41 Prot: 22,97 Hc: 69,8 Lip: 12,02 G.Sat: 2,5 Sal: 1,68 
13 - CREMA NARANJA (calabaza, zanahoria.) - ALBÓNDIGA DE CERDO IBÉRICO SALSA JARDINERA - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 387,26 Prot: 11,68 Hc: 59,36 Lip: 12,26 G.Sat: 2,41 Sal: 1,55 	14 - LENTEJAS CON VERDURA (patatas, j.verdes, pimientos) - MERLUZA RIOJANA (pimiento, cebolla, tomate...) - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 497,15 Prot: 24,02 Hc: 69,63 Lip: 12,92 G.Sat: 1,73 Sal: 1,68 	15 - COCIDO CON BERZA (patata, j.verdes, garbanzo) - TORTILLA DE PATATAS AL HORNO - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 422,45 Prot: 13,32 Hc: 58,36 Lip: 14,93 G.Sat: 2,11 Sal: 2,3 	16 - SOPA DE PICADILLO (pollo, huevo,) - LOMO ADOBADO AL HORNO - ARROZ SALTEADO - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 580,14 Prot: 21,96 Hc: 75,48 Lip: 21,11 G.Sat: 4,38 Sal: 2,55 	17 - ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO GRATINADO - NUGGETS DE POLLO - PATATAS HORNO - YOGUR DE FRUTAS - PAN INTEGRAL Kcal: 687,93 Prot: 21,53 Hc: 78,73 Lip: 32,37 G.Sat: 7,11 Sal: 2,85 
20 - ALUBIAS CON VERDURAS (patata, cebolla, pimiento) - PALITOS DE MERLUZA FRITOS - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 507,83 Prot: 17,03 Hc: 73,82 Lip: 14,59 G.Sat: 1,67 Sal: 1,63 	21 - GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, zanahorias...) - SALCHICHAS DE CERDO Y PAVO HORNO - ZANAHORIAS BABY - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 611,43 Prot: 15,56 Hc: 73,45 Lip: 29,38 G.Sat: 5,81 Sal: 2,21 	22 - GURULLOS DE ALMERÍA (pimiento, patata, pollo) - TORTILLA FRANCESA - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 535,4 Prot: 25,37 Hc: 75,93 Lip: 14,42 G.Sat: 3,08 Sal: 1,8 	23 - CREMA VERDURAS (calabacín, puerro) - ASADILLO DE POLLO (zanahoria, champiñón) - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 527,95 Prot: 23,41 Hc: 75,74 Lip: 14,2 G.Sat: 2,44 Sal: 1,53 	24 - GUISSILLO DE MAGRA (patata, cebolla, pimiento) - EMPANADILLAS DE ATÚN - ARROZ SALTEADO - YOGUR DE FRUTAS - PAN INTEGRAL Kcal: 680,27 Prot: 23,29 Hc: 88,42 Lip: 25,09 G.Sat: 4,23 Sal: 1,3 
27 - CODITOS BOLONESA (carne picada, tomate) - FINGERS DE MOZZARELLA - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 525,4 Prot: 16,77 Hc: 74,08 Lip: 21,64 G.Sat: 5,44 Sal: 1,79 	28 - CAZUELA ARROZ C/ POLLO (guisantes, cebolla, tomate) - GALLO PEDRO AL HORNO - PISTO DE VERDURAS (calabacín, berenjena) - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 645,37 Prot: 21,33 Hc: 78,98 Lip: 27,14 G.Sat: 3,74 Sal: 1,51 	29 - ACELGAS ESPARRAGADAS (almendras, pan) - HAMBURGUESA TERNERA Y CERDO AL HORNO - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 614,18 Prot: 20,61 Hc: 57,87 Lip: 33,86 G.Sat: 5,88 Sal: 2,22 	30 - CREMA NARANJA (calabaza, zanahoria.) - LOMO SAJONIA AL HORNO - PATATAS FRITAS - FRUTA DEL TIEMPO - PAN BLANCO Kcal: 482,05 Prot: 15,48 Hc: 69,78 Lip: 15,93 G.Sat: 2,21 Sal: 2,08 	31 - LENTEJAS CON ARROZ (j.verdes, tomate) - TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN AL HORNO - ZANAHORIAS BABY - YOGUR DE FRUTAS - PAN INTEGRAL Kcal: 658,96 Prot: 20,12 Hc: 85,63 Lip: 24,83 G.Sat: 4,59 Sal: 2,42 