



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	Valoración Nutricional
2	3 Sopa de ave Hamburguesa con Patatas dado Yogur y Pan	4 Arroz con costillas Bacalao a la romana Fruta y Pan	5 JORNADA MARROQUÍ Tabule Pinchos morunos con Ensalada verde Pastel de almendra y Pan	6 Lentejas con verduras Tortilla de calabacin con Ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y Pan	Kcal: 730 HC: 69 Prot: 37 Lip: 36
9 Menestra de verdura salteada Albondigas jardinera con Patatas dado Fruta y Pan	10 Arroz milanesa Merluza al horno con Ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y Pan	11 Crema de verduras Lomo adobado con Ensalada de frutos (lechuga, oliva negra y pipas) Fruta y Pan	12 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y Pan	13 Lentejas con verduras Salchichas de pollo con Ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y Pan	Kcal: 701 HC: 77 Prot: 37 Lip: 32
16 Marmitako Tortilla de jamón york con Ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y Pan	17 Crema de calabacin Pollo al Chilindrón Yogur y Pan	18 Arroz negro Bacalao a la andaluza con Pisto Fruta y Pan	19 Alubias estofadas Ragout Jardinera Fruta y Pan	20 Pasta con tomate Croquetas de jamón con Ensalada de frutos (lechuga, oliva negra y pipas) Fruta y Pan	Kcal: 683 HC: 80 Prot: 29 Lip: 29
23 Judías verdes con tomate Estofado de ternera Fruta y Pan	24 Lentejas a la riojana Tortilla de patatas con Ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Yogur y Pan	25 Pasta rehogada San jacobito con Ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y Pan	26 Arroz tres delicias Merluza al horno con Cebolla y champiñones Fruta y Pan	27 Sopa de cocido Pollo al Limón con Patatas panadera Fruta y Pan	Kcal: 710 HC: 84 Prot: 32 Lip: 32
30 Alubias estofadas Fogonero con tomate con Arroz Fruta y Pan					Kcal: 857 HC: 114 Prot: 27 Lip: 21