



| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|---|--|--|
| | | 1 | 2 Kcal 916 HC 111 Lip 26 Prot 46 | 3 Kcal 795 HC 110 Lip 17 Prot 56 |
| | | FIESTA | Espaguetis con tomate (d) Atun a la riojana Postre bebible de soja | Paella vegetal (d) Muslo de pollo con champiñones Fruta fresca |
| 6 Kcal 630 HC 69 Lip 22 Prot 39 | 7 Kcal 802 HC 84 Lip 27 Prot 51 | 8 Kcal 763 HC 107 Lip 14 Prot 55 | 9 Kcal 851 HC 93 Lip 42 Prot 26 | 10 Kcal 843 HC 112 Lip 26 Prot 45 |
| Sopa de ave con arroz Filete de ternera a la plancha con champiñones Postre bebible de soja | Menestra de verduras Muslo de pollo a la jardinera Fruta en almibar | Alubias rojas con verduras Bacalao meniere Postre de soja | Patatas guisadas (d) Albondigas en salsa de verduras Fruta fresca | Macarrones italiana (d) Lomo fresco con pimientos rojos Fruta fresca |
| 13 Kcal 778 HC 109 Lip 25 Prot 33 | 14 Kcal 670 HC 75 Lip 23 Prot 43 | 15 Kcal 730 HC 75 Lip 25 Prot 55 | 16 Kcal 725 HC 114 Lip 17 Prot 27 | 17 Kcal 928 HC 137 Lip 30 Prot 32 |
| Alubias blancas con calabaza (d) Tortilla de patata con ensalada Postre de soja | Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta fresca | Purrusalda Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca | Lentejas con verduras (d) Merluza fresca en salsa de verduras con pimientos rojos Postre de soja | Arroz con tomate Frankfurt con ketchup Fruta fresca |
| 20 Kcal 718 HC 93 Lip 17 Prot 52 | 21 Kcal 840 HC 97 Lip 38 Prot 31 | 22 Kcal 924 HC 118 Lip 34 Prot 41 | 23 Kcal 767 HC 102 Lip 17 Prot 55 | 24 Kcal 701 HC 69 Lip 25 Prot 54 |
| Garbanzos con verduras (d) Pavo guisado con champiñones Fruta fresca | Patatas a la riojana (d) Alitas de pollo con pimientos rojos Fruta fresca | Paella mixta Hamburguesa 100% ternera a la jardinera Postre de soja | Alubias rojas con verduras (d) Bacalao en salsa marinera Postre de soja | Crema de calabaza Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca |
| 27 Kcal 588 HC 74 Lip 21 Prot 27 | 28 Kcal 878 HC 109 Lip 33 Prot 41 | 29 Kcal 649 HC 77 Lip 20 Prot 39 | 30 Kcal 804 HC 114 Lip 21 Prot 43 | 31 Kcal 933 HC 97 Lip 43 Prot 41 |
| Crema de verduras Merluza en salsa de verduras con piperrada Postre de soja | Alubias blancas estofadas (d) Tortilla de patata y atún con ensalada Fruta fresca | Vainas con patatas Redondo de ternera con zanahorias y champiñon Fruta fresca | Macarrones con tomate (d) Lomo cocido con pimientos rojos Postre bebible de soja | Lentejas con verduras Hamburguesa con ensalada Postre de soja |