



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2 Kcal 913 HC 109 Lip 27 Prot 47	3 Kcal 795 HC 110 Lip 17 Prot 56
		FIESTA	Espaguetis con tomate (d) Atun a la riojana Yogur	Paella vegetal (d) Muslo de pollo con champiñones Fruta fresca
6 Kcal 746 HC 82 Lip 30 Prot 36	7 Kcal 655 HC 67 Lip 19 Prot 56	8 Kcal 751 HC 121 Lip 13 Prot 46	9 Kcal 655 HC 83 Lip 19 Prot 39	10 Kcal 843 HC 112 Lip 26 Prot 45
Sopa de ave con arroz Filete de ternera a la plancha con champiñones Yogur bebible	Espinacas con patatas Muslo de pollo a la jardinera Fruta en almibar	Arroz con tomate Bacalao meniere Quesitos la vaca que rie	Patatas guisadas (d) Pechuga de pollo con champiñones Fruta fresca	Macarrones italiana (d) Lomo fresco con pimientos rojos Fruta fresca
13 Kcal 744 HC 100 Lip 26 Prot 31	14 Kcal 670 HC 75 Lip 23 Prot 43	15 Kcal 730 HC 75 Lip 25 Prot 55	16 Kcal 727 HC 108 Lip 19 Prot 33	17 Kcal 715 HC 118 Lip 12 Prot 38
Brocoli con patatas Tortilla de patata con ensalada Yogur	Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Fruta fresca	Purrusalda Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca	Espaguetis con tomate Merluza fresca en salsa de verduras con pimientos rojos Natillas	Arroz con tomate Lomo al horno con champiñones Fruta fresca
20 Kcal 512 HC 59 Lip 13 Prot 41	21 Kcal 840 HC 97 Lip 38 Prot 31	22 Kcal 998 HC 118 Lip 44 Prot 39	23 Kcal 771 HC 112 Lip 16 Prot 49	24 Kcal 701 HC 69 Lip 25 Prot 54
Espinacas con patatas 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 Quesitos la vaca que rie	Espaguetis con tomate Bacalao en salsa marinera Yogur	Crema de calabaza Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca
27 Kcal 602 HC 75 Lip 22 Prot 28	28 Kcal 691 HC 93 Lip 26 Prot 25	29 Kcal 592 HC 72 Lip 19 Prot 35	30 Kcal 920 HC 127 Lip 29 Prot 40	31 Kcal 751 HC 116 Lip 15 Prot 42
Crema de verduras Merluza en salsa de verduras con piperrada Yogur	Purrusalda Tortilla de patata y atún con ensalada Fruta fresca	Acelgas con patatas Redondo de ternera con zanahorias y champiñon Fruta fresca	Macarrones con tomate (d) Lomo cocido con pimientos rojos Yogur bebible	Paella vegetal Pavo guisado en salsa de verduras Natillas