

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	2 KCal. 1006 H.C. 150 Lip. 39 P. 23	3 KCal. 773 H.C. 91 Lip. 23 P. 56	4 KCal. 676 H.C. 73 Lip. 34 P. 25	5 KCal. 866 H.C. 98 Lip. 36 P. 44
	ESPIRALES CON TOMATE	ALUBIAS PINTAS	PURE DE VERDURAS	LENTEJAS CON PUERRO Y CALABAZA
	CROQUETAS • LECHUGA	GUISADO DE TERNERA CON SALTEADO DE VERDURAS	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • MAHONESA	FILETE DE PERNIL EMPANADO • ZANAHORIA RALLADA
	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
8 KCal. 764 H.C. 133 Lip. 22 P. 17	9 KCal. 860 H.C. 98 Lip. 40 P. 34	10 KCal. 643 H.C. 89 Lip. 19 P. 33	11 KCal. 694 H.C. 71 Lip. 36 P. 27	12 KCal. 817 H.C. 111 Lip. 22 P. 51
PURE DE COLIFLOR ECOLOGICA	GARBANZOS	SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS	ACELGAS CON PATATAS	ALUBIAS BLANCAS
PAELLA VEGETAL	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO	FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSAS CON VERDURITAS	MERLUZA FRESCA A LA ROMANA • LECHUGA	ESCALOPE DE POLLO CON SALSAS AGRIDULCE Y VERDURITAS ASIATICAS
FRUTA PAN INTEGRAL	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
15 KCal. 923 H.C. 129 Lip. 37 P. 28	16 KCal. 796 H.C. 100 Lip. 24 P. 52	17 KCal. 742 H.C. 74 Lip. 35 P. 36	18 KCal. 824 H.C. 110 Lip. 27 P. 38	19 KCal. 776 H.C. 79 Lip. 38 P. 33
CARACOLILLOS CON TOMATE	GARBANZOS CON CALABAZA Y BERENJENA	PURE DE ZANAHORIA	PATATAS GUIADAS CON TERNERA	JUDIAS VERDES CON PATATAS
TORTILLA DE PATATAS Y BACALAO AL HORNO • ZANAHORIA RALLADA	GUISADO DE TERNERA CON SALTEADO DE VERDURAS	LOMO ADOBADO EMPANADO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES	BACALAO CON TOMATE	ALBONDIGAS EN SALSAS CON GUIANTES
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
22 KCal. 746 H.C. 87 Lip. 27 P. 44	23 KCal. 846 H.C. 125 Lip. 28 P. 31	24 KCal. 815 H.C. 101 Lip. 24 P. 55	25 KCal. 747 H.C. 79 Lip. 35 P. 34	26 KCal. 896 H.C. 110 Lip. 31 P. 50
SOPA DE AVE Y COCIDO CON FIDEO ECOLOGICO	ARROZ CAMPESTRE	LENTEJAS A LA CASTELLANA	PURE DE CALABAZA	ALUBIAS PINTAS
PECHUGA DE POLLO EMPANADA EN SALSAS DE CHAMPIÑON	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • TOMATE FRESCO	RAGOUT DE LOMO CON PATATAS	FILETE DE TERNERA EMPANADO • LECHUGA	PALOMETA EN SALSAS DE PIMIENTOS CON GUIANTES
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FLAN DE VAINILLA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
29 KCal. 674 H.C. 90 Lip. 23 P. 30	30 KCal. 938 H.C. 129 Lip. 40 P. 26			
PATATAS A LA RIOJANA	ESPIRALES CON TOMATE			
FILETE DE MERLUZA AL HORNO • LIMON	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • LECHUGA			
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN			