



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	Arroz primavera Merluza allimón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1,4,14) 611 Kcal 25,2g Prot 15,7g Lip 88,1g Hc	Crema de coliflor ECO con queso Cinta de lomo empanada Patatas fritas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (7, 14, 1, 3, 6, 10, 11) 730 Kcal 32,2g Prot 34,9g Lip 70,3g Hc	Garbanzos con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 713 Kcal 25,4g Prot 27,4g Lip 79,6g Hc	Macarrones integrales a la napolitana Albóndigas de pollo y ternera en salsa Jardinería de verduras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (1, 6, 14, 7) 797 Kcal 28,7g Prot 27,6g Lip 102,9g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Palometa con tomate Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 4, 1, 6, 10, 11) 609 Kcal 34,4g Prot 20,4g Lip 74,6g Hc
9	Crema / Judías verdes rehogadas con zanahoria Estofado de cerdo al chilindrón Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 1) 614 Kcal 31g Prot 18,3g Lip 63,9g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa mixta en salsa de verduras Repollo y zanahoria ECO Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 7, 1, 6, 10, 11) 659 Kcal 38,3g Prot 23,1g Lip 69,8g Hc	Guiso de patatas con carne Abadejo a la vizcaína Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 4, 1) 633 Kcal 33,3g Prot 21g Lip 72g Hc	Sopa de puchero de garbanzos Tortilla francesa con jamón york Ensalada de lechuga y tomate Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (1, 6, 7, 14, 3) 682 Kcal 24g Prot 33,5g Lip 67,7g Hc	Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Guisantes salteados Fruta de temporada Pan / Pan integral (1, 2, 4, 12, 6, 10, 11) 701 Kcal 27,2g Prot 19,5g Lip 91,1g Hc
16	Espaguetis carbonara (bacon) Huevos alavillaroy Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 6, 7, 3, 14) 756 Kcal 19,8g Prot 31,9g Lip 99,1g Hc	Alubias pintas guisadas Lomo de sajonía a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (6, 7, 14, 1, 10, 11) 676 Kcal 34,1g Prot 27,8g Lip 80,8g Hc	Arroz a la milanesa Contramuslo de pollo al horno Pistomanchego Fruta de temporada Pan (6, 14, 1) 694 Kcal 33,6g Prot 21,8g Lip 87,1g Hc	Crema de verduras (calabacín, zanahoria y espinacas ECO) Boquerones a la andaluza Patatas asadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 1, 3, 4, 7) 764 Kcal 26,9g Prot 32,2g Lip 89,1g Hc	DÍA MUNDIAL SIN CARNE Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11) 732 Kcal 23,2g Prot 18,9g Lip 103,8g Hc
23	Espirales integrales con salsa de tomate Tortilla francesa con jamón york Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 675 Kcal 17,4g Prot 29,2g Lip 81,7g Hc	Garbanzos guisados Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (6, 7, 14, 1, 10, 11) 774 Kcal 37,5g Prot 36,4g Lip 70,9g Hc	Arroz hortelano (j. verde, calabacín y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 634 Kcal 24,8g Prot 19,4g Lip 87,8g Hc	JORNADA FIN DE TRIMESTRE Crema de zanahoria ECO Perrito caliente especial Patatas chips Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 1, 3, 6, 7) 877 Kcal 30,7g Prot 32,2g Lip 112,6g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Abadejo a la romana casero Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 3, 4, 6, 10, 11) 662 Kcal 34,9g Prot 23,5g Lip 78g Hc
30					
31					



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las **frutas, hortalizas y verduras** son de temporada y de proveedores de...





	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	<p>Arroz primavera *Merluza allimón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14)</p> <p>623 Kcal 21,5g Prot 15,1g Lip 91,5g Hc</p>	<p>Crema de coliflor ECO con queso *Cinta de lomo empanada Patatas fritas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7,14)</p> <p>726 Kcal 28,5g Prot 30,9g Lip 77,6g Hc</p>	<p>Garbanzos con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,3)</p> <p>739 Kcal 23,4g Prot 27g Lip 84,4g Hc</p>	<p>*Macarrones con tomate Albóndigas de ternera casera en salsa Jardinera de verduras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7)</p> <p>678 Kcal 26,9g Prot 27,2g Lip 73,9g Hc</p>	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Palometa con tomate Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4)</p> <p>632 Kcal 32,2g Prot 19,9g Lip 79,4g Hc</p>
9	<p>Crema / Judías verdes rehogadas con zanahoria Estofado de cerdo al chilindrón Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>641 Kcal 29,1g Prot 17,9g Lip 68,7g Hc</p>	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa mixta de ensalada de verduras Repollo y zanahoria ECO Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,7)</p> <p>683 Kcal 36,1g Prot 22,6g Lip 74,6g Hc</p>	<p>Guiso de patatas con carne Abadejo a la vizcaína Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4)</p> <p>721 Kcal 30,1g Prot 20,4g Lip 89,1g Hc</p>	<p>Sopa de puchero de garbanzos Tortilla francesa aconjamón y orzo Ensalada de lechuga y tomate Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14,7)</p> <p>782 Kcal 26,6g Prot 29,3g Lip 90,5g Hc</p>	<p>Arroz con salsa de tomate *Merluza en salsa marinera Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4)</p> <p>681 Kcal 25,3g Prot 19,2g Lip 95g Hc</p>
16	<p>*Espaguetis con champiñón Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14)</p> <p>662 Kcal 12,3g Prot 24,9g Lip 89,8g Hc</p>	<p>Alubias pintas guisadas Lomo desajonía a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14)</p> <p>825 Kcal 32,4g Prot 27,3g Lip 111,4g Hc</p>	<p>Arroz a la milanesa Contramuslo de pollo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,14)</p> <p>720 Kcal 31,6g Prot 2,15g Lip 91,9g Hc</p>	<p>Crema de verduras (calabacín, zanahoria y espinacas ECO) *Merluza a la andaluza Patatas asadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4,7)</p> <p>780 Kcal 25,5g Prot 24,9g Lip 100,8g Hc</p>	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>756 Kcal 20,9g Prot 18,4g Lip 108,5g Hc</p>
23	<p>*Espirales con salsa de tomate Tortilla francesa aconjamón y orzo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14)</p> <p>848 Kcal 14,9g Prot 23,7g Lip 136g Hc</p>	<p>Garbanzos guisados Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14)</p> <p>797 Kcal 35,3g Prot 35,9g Lip 75,7g Hc</p>	<p>Arroz hortelano (j. verde, calabacín y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14)</p> <p>660 Kcal 22,9g Prot 19,1g Lip 92,6g Hc</p>	<p>Crema de zanahoria ECO *Perritos calientes/g Patatas chips Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,6,7)</p> <p>947 Kcal 22,5g Prot 26,2g Lip 136,6g Hc</p>	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) *Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4)</p> <p>682 Kcal 32,2g Prot 22,2g Lip 84,3g Hc</p>
30					
31					



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
Las **frutas, hortalizas y verduras** son de temporada y de proveedores de confianza.

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO





2	LUNES	3	MARTES	4	MIÉRCOLES	5	JUEVES	6	VIERNES																								
	<p>Arroz primavera Merluza allimón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,4,14)</p> <p>637 Kcal 23,2g Prot 15,4g Lip 92,9g Hc</p>	<p>Crema de coliflor ECO con queso *Cinta de lomo empanada Patatas fritas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7,14)</p> <p>726 Kcal 28,5g Prot 30,9g Lip 77,6g Hc</p>	<p>Garbanzos con verduras Filete de pavo plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>618 Kcal 27,8g Prot 18,3g Lip 73,3g Hc</p>	<p>*Macarrones con tomate Albóndigas de pollo y ternera en salsa Jardinera de verduras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,6,14,7)</p> <p>729 Kcal 21,7g Prot 26,3g Lip 93,7g Hc</p>	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Palometa con tomate Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4)</p> <p>632 Kcal 32,2g Prot 19,9g Lip 79,4g Hc</p>	9	<p>Crema / Judías verdes rehogadas con zanahoria Estofado de cerdo al chilindrón Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>641 Kcal 29,1g Prot 17,9g Lip 68,7g Hc</p>	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa mixta de ensalada de verduras Repollo y zanahoria ECO Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,7)</p> <p>683 Kcal 36,1g Prot 22,6g Lip 74,6g Hc</p>	<p>Guiso de patatas con carne Abadejo a la vizcaína Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4)</p> <p>721 Kcal 30,1g Prot 20,4g Lip 89,1g Hc</p>	<p>Sopa de puchero de garbanzos Lacón al horno Ensalada de lechuga y tomate Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,7)</p> <p>879 Kcal 41,1g Prot 30,7g Lip 97,3g Hc</p>	<p>Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,2,4,12)</p> <p>725 Kcal 25g Prot 19,1g Lip 95,8g Hc</p>	16	<p>*Espaguetis con champiñón Pollos al teado Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>595 Kcal 23,6g Prot 18g Lip 76,7g Hc</p>	<p>Alubias pintas guisadas Lomo desajonía a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14)</p> <p>825 Kcal 32,4g Prot 27,3g Lip 111,4g Hc</p>	<p>Arroz a la milanesa Contramuslo de pollo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,14)</p> <p>720 Kcal 31,6g Prot 2,15g Lip 91,9g Hc</p>	<p>Crema de verduras (calabacín, zanahoria y espinacas ECO) *Merluza a la andaluza Patatas asadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4,7)</p> <p>780 Kcal 25,5g Prot 24,9g Lip 100,8g Hc</p>	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>756 Kcal 20,9g Prot 18,4g Lip 108,5g Hc</p>	23	<p>*Espirales con salsa de tomate *Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>787 Kcal 23,4g Prot 12,5g Lip 136,3g Hc</p>	<p>Garbanzos guisados Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14)</p> <p>797 Kcal 35,3g Prot 35,9g Lip 75,7g Hc</p>	<p>Arroz hortelano (j. verde, calabacín y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14)</p> <p>660 Kcal 22,9g Prot 19,1g Lip 92,6g Hc</p>	<p>Crema de zanahoria ECO *Perritos calientes/g Patatas chips Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,6,7)</p> <p>947 Kcal 22,5g Prot 26,2g Lip 136,6g Hc</p>	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) *Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4)</p> <p>682 Kcal 32,2g Prot 22,2g Lip 84,3g Hc</p>	30		31							
9	<p>Crema / Judías verdes rehogadas con zanahoria Estofado de cerdo al chilindrón Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>641 Kcal 29,1g Prot 17,9g Lip 68,7g Hc</p>	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa mixta de ensalada de verduras Repollo y zanahoria ECO Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,7)</p> <p>683 Kcal 36,1g Prot 22,6g Lip 74,6g Hc</p>	<p>Guiso de patatas con carne Abadejo a la vizcaína Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4)</p> <p>721 Kcal 30,1g Prot 20,4g Lip 89,1g Hc</p>	<p>Sopa de puchero de garbanzos Lacón al horno Ensalada de lechuga y tomate Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,7)</p> <p>879 Kcal 41,1g Prot 30,7g Lip 97,3g Hc</p>	<p>Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,2,4,12)</p> <p>725 Kcal 25g Prot 19,1g Lip 95,8g Hc</p>	16	<p>*Espaguetis con champiñón Pollos al teado Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>595 Kcal 23,6g Prot 18g Lip 76,7g Hc</p>	<p>Alubias pintas guisadas Lomo desajonía a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14)</p> <p>825 Kcal 32,4g Prot 27,3g Lip 111,4g Hc</p>	<p>Arroz a la milanesa Contramuslo de pollo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,14)</p> <p>720 Kcal 31,6g Prot 2,15g Lip 91,9g Hc</p>	<p>Crema de verduras (calabacín, zanahoria y espinacas ECO) *Merluza a la andaluza Patatas asadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4,7)</p> <p>780 Kcal 25,5g Prot 24,9g Lip 100,8g Hc</p>	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>756 Kcal 20,9g Prot 18,4g Lip 108,5g Hc</p>	23	<p>*Espirales con salsa de tomate *Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>787 Kcal 23,4g Prot 12,5g Lip 136,3g Hc</p>	<p>Garbanzos guisados Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14)</p> <p>797 Kcal 35,3g Prot 35,9g Lip 75,7g Hc</p>	<p>Arroz hortelano (j. verde, calabacín y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14)</p> <p>660 Kcal 22,9g Prot 19,1g Lip 92,6g Hc</p>	<p>Crema de zanahoria ECO *Perritos calientes/g Patatas chips Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,6,7)</p> <p>947 Kcal 22,5g Prot 26,2g Lip 136,6g Hc</p>	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) *Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4)</p> <p>682 Kcal 32,2g Prot 22,2g Lip 84,3g Hc</p>	30		31													
16	<p>*Espaguetis con champiñón Pollos al teado Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>595 Kcal 23,6g Prot 18g Lip 76,7g Hc</p>	<p>Alubias pintas guisadas Lomo desajonía a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14)</p> <p>825 Kcal 32,4g Prot 27,3g Lip 111,4g Hc</p>	<p>Arroz a la milanesa Contramuslo de pollo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,14)</p> <p>720 Kcal 31,6g Prot 2,15g Lip 91,9g Hc</p>	<p>Crema de verduras (calabacín, zanahoria y espinacas ECO) *Merluza a la andaluza Patatas asadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4,7)</p> <p>780 Kcal 25,5g Prot 24,9g Lip 100,8g Hc</p>	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>756 Kcal 20,9g Prot 18,4g Lip 108,5g Hc</p>	23	<p>*Espirales con salsa de tomate *Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>787 Kcal 23,4g Prot 12,5g Lip 136,3g Hc</p>	<p>Garbanzos guisados Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14)</p> <p>797 Kcal 35,3g Prot 35,9g Lip 75,7g Hc</p>	<p>Arroz hortelano (j. verde, calabacín y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14)</p> <p>660 Kcal 22,9g Prot 19,1g Lip 92,6g Hc</p>	<p>Crema de zanahoria ECO *Perritos calientes/g Patatas chips Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,6,7)</p> <p>947 Kcal 22,5g Prot 26,2g Lip 136,6g Hc</p>	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) *Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4)</p> <p>682 Kcal 32,2g Prot 22,2g Lip 84,3g Hc</p>	30		31																			
23	<p>*Espirales con salsa de tomate *Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>787 Kcal 23,4g Prot 12,5g Lip 136,3g Hc</p>	<p>Garbanzos guisados Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14)</p> <p>797 Kcal 35,3g Prot 35,9g Lip 75,7g Hc</p>	<p>Arroz hortelano (j. verde, calabacín y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14)</p> <p>660 Kcal 22,9g Prot 19,1g Lip 92,6g Hc</p>	<p>Crema de zanahoria ECO *Perritos calientes/g Patatas chips Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,6,7)</p> <p>947 Kcal 22,5g Prot 26,2g Lip 136,6g Hc</p>	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) *Abadejo a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4)</p> <p>682 Kcal 32,2g Prot 22,2g Lip 84,3g Hc</p>	30		31																									
30		31																															



A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO





	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	Arroz primavera Merluza allimón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,4,14) 637 Kcal 23,2g Prot 15,4g Lip 92,9g Hc	Crema de coliflor ECO con queso *Cinta de lomo empanada Patatas fritas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7,14) 726 Kcal 28,5g Prot 30,9g Lip 77,6g Hc	Garbanzos con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,3) 739 Kcal 23,4g Prot 27g Lip 84,4g Hc	Macarrones integrales a la napolitana Albóndigas de pollo y ternera en salsa Jardinería de verduras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,6,14,7) 823 Kcal 26,8g Prot 27,2g Lip 107,7g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Palometa con tomate Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4) 632 Kcal 32,2g Prot 19,9g Lip 79,4g Hc
9	Crema / Judías verdes rehogadas con zanahoria Estofado de cerdo al chilindrón Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 641 Kcal 29,1g Prot 17,9g Lip 68,7g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa de ternera en salsa Repollo y zanahoria ECO Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,7) 648 Kcal 37,3g Prot 18,1g Lip 72,2g Hc	Guiso de patatas con carne Abadejo a la vizcaína Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4) 721 Kcal 30,1g Prot 20,4g Lip 89,1g Hc	Sopa de puchero de garbanzos Tortilla francesa con jamón y orzo Ensalada de lechuga y tomate Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,6,7,14,3) 709 Kcal 22g Prot 33,1g Lip 72,5g Hc	Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Guisantes salteados Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,2,4,12) 725 Kcal 25g Prot 19,1g Lip 95,8g Hc
16	Espagueti con champiñón Huevos a la villarroy Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,3,6,7,14) 722 Kcal 16,3g Prot 24,2g Lip 106,2g Hc	Alubias pintas guisadas Lomo desajonía a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14) 825 Kcal 32,4g Prot 27,3g Lip 111,4g Hc	Arroz a la milanesa Contramuslo de pollo al horno Pistón manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,14) 720 Kcal 31,6g Prot 2,15g Lip 91,9g Hc	Crema de verduras (calabacín, zanahoria y espinacas ECO) Boquerones a la andaluza Patatas asadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1,3,4,7) 853 Kcal 23,6g Prot 31,5g Lip 106,3g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14) 756 Kcal 20,9g Prot 18,4g Lip 108,5g Hc
23	Espirales integrales con salsa de tomate Tortilla francesa con jamón y orzo Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,3,14) 701 Kcal 15,4g Prot 28,9g Lip 86,5g Hc	Garbanzos guisados Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (6,7,14) 797 Kcal 35,3g Prot 35,9g Lip 75,7g Hc	Arroz hortelano (j. verde, calabacín y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14) 660 Kcal 22,9g Prot 19,1g Lip 92,6g Hc	Crema de zanahoria ECO * Perritos calientes/g Patatas chips Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,6,7) 947 Kcal 22,5g Prot 26,2g Lip 136,6g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Abadejo a la romana casero Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1,3,4) 685 Kcal 32,7g Prot 23g Lip 82,8g Hc
30					
31					



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.

Las **frutas, hortalizas y verduras** son de temporada y de proveedores de

Menú elaborado por el **Dpto. de Nutrición y Dietética de Algadi** formado por profesionales cualificados, Dietistas y Nutricionistas. M.L.Col.(T.S. Nº2816) / H.C. Col. (CYL00366) / R.N (T.S) Según el **Reglamento 1169/2011** de información facilitada al consumidor, se informas sobre alérgenos presentes en alimentos envasados y se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias.

Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. ALGADI, SAU, info@algadi.com 91 547 46 46 c/Oquendo, 23, 4ª planta 28006 Madrid

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	Arroz primavera Merluza al limón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 611 Kcal 25,2g Prot 15,7g Lip 88,1g Hc	Crema de coliflor ECO *Cinta de lomo empanada Patatas fritas Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (14, 1, 6) 624 Kcal 24,7g Prot 25,9g Lip 71,7g Hc	Garbanzos con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 713 Kcal 25,4g Prot 27,4g Lip 79,6g Hc	Macarrones integrales a la napolitana Albóndigas de pollo y ternera en salsa Jardinería de verduras Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (1, 6, 14) 760 Kcal 25,9g Prot 25,3g Lip 101,9g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Palometa con tomate Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 4, 1) 606 Kcal 34,2g Prot 20,3g Lip 74,6g Hc
9	Crema / Judías verdes rehogadas con zanahoria Estofado de cerdo al chilindrón Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 1) 614 Kcal 31g Prot 18,3g Lip 63,9g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa de ternera en salsa Repollo y zanahoria ECO Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (14, 1, 6) 585 Kcal 36,5g Prot 16,2g Lip 66,4g Hc	Guiso de patatas con carne Abadejo a la vizcaína Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 4, 1) 633 Kcal 33,3g Prot 21g Lip 72g Hc	Sopa de puchero con garbanzos Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (1, 3, 14, 6) 547 Kcal 15,7g Prot 21,5g Lip 70,4g Hc	Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Guisantes salteados Fruta de temporada Pan (1, 2, 4, 12) 698 Kcal 27g Prot 19,4g Lip 91g Hc
16	Espaguetis con champiñón Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 647 Kcal 19g Prot 21,4g Lip 91,2g Hc	Alubias pintas con verduras Lomo de sajonia a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (14, 6, 1) 534 Kcal 26,9g Prot 15g Lip 79g Hc	Arroz a la milanesa Contramuslo de pollo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan (6, 14, 1) 694 Kcal 33,6g Prot 2,8g Lip 87,1g Hc	Crema de verduras (calabacín, zanahoria y espinacas ECO) *Merluza a la andaluza Patatas asadas Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (14, 4, 1, 6) 656 Kcal 25,9g Prot 23,3g Lip 82,7g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 1) 730 Kcal 22,9g Prot 18,8g Lip 103,7g Hc
23	Espirales integrales con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 684 Kcal 17,4g Prot 25,9g Lip 91,8g Hc	Garbanzos con verduras Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (14, 1, 6) 642 Kcal 30,7g Prot 23,7g Lip 70,9g Hc	Arroz hortelano (j. verde, calabacín y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 634 Kcal 24,8g Prot 19,4g Lip 87,8g Hc	Crema de zanahoria ECO *Perrito caliente s/g Patatas chips Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (14, 6, 1) 884 Kcal 21,6g Prot 24,3g Lip 130,9g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Abadejo a la romana casero Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14, 1, 3, 4) 659 Kcal 34,7g Prot 23,4g Lip 78g Hc
30					
31					



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.





	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	<p>Arroz primavera Revuelto de huevo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (3, 14, 1)</p> <p>627 Kcal 17g Prot 22g Lip 86,2g Hc</p>	<p>Crema de coliflor ECO con queso Cinta de lomo empanada Patatas fritas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (7, 14, 1, 3, 6, 10, 11)</p> <p>730 Kcal 32,2g Prot 34,9g Lip 70,3g Hc</p>	<p>Garbanzos con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 3, 1)</p> <p>713 Kcal 25,4g Prot 27,4g Lip 79,6g Hc</p>	<p>Macarrones integrales a la napolitana Albóndigas de pollo y ternera en salsa Jardinería de verduras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (1, 6, 14, 7)</p> <p>797 Kcal 28,7g Prot 27,6g Lip 102,9g Hc</p>	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Ragout de pollo en salsa de tomate Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11)</p> <p>659 Kcal 34,4g Prot 23,7g Lip 78,6g Hc</p>
9	<p>Crema / Judías verdes rehogadas con zanahoria Estofado de cerdo al chilindrón Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 1)</p> <p>614 Kcal 31g Prot 18,3g Lip 63,9g Hc</p>	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa mixta en salsa de verduras Repollo y zanahoria ECO Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 7, 1, 6, 10, 11)</p> <p>659 Kcal 38,3g Prot 23,1g Lip 69,8g Hc</p>	<p>Guiso de patatas con carne Ragout de pavo en salsa de verduras (zanahoria y pimiento) Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 1)</p> <p>652 Kcal 37,2g Prot 22,8g Lip 70,9g Hc</p>	<p>Sopa de puchero de garbanzos Tortilla francesa con jamón york Ensalada de lechuga y tomate Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (1, 6, 7, 14, 3)</p> <p>682 Kcal 24g Prot 33,5g Lip 67,7g Hc</p>	<p>Arroz con salsa de tomate *Filete de pollo en salsa Guisantes salteados Fruta de temporada Pan / Pan integral (1, 6, 10, 11)</p> <p>708 Kcal 34,5g Prot 17g Lip 101,4g Hc</p>
16	<p>Espaguetis carbonara (bacon) Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 6, 7, 3, 14)</p> <p>707 Kcal 20,5g Prot 28,7g Lip 88,9g Hc</p>	<p>Alubias pintas guisadas Lomo de sajonía a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (6, 7, 14, 1, 10, 11)</p> <p>676 Kcal 34,1g Prot 27,8g Lip 80,8g Hc</p>	<p>Arroz a la milanesa Contramuslo de pollo al horno Pistomanchego Fruta de temporada Pan (6, 14, 1)</p> <p>694 Kcal 33,6g Prot 21,8g Lip 87,1g Hc</p>	<p>Crema de verduras (calabacín, zanahoria y espinacas ECO) Filetes rusos de ternera en salsa Patatas asadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 7, 1)</p> <p>700 Kcal 31,8g Prot 26g Lip 81,4g Hc</p>	<p>Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 1, 6, 10, 11)</p> <p>732 Kcal 23,2g Prot 18,9g Lip 103,8g Hc</p>
23	<p>Espirales integrales con salsa de tomate Tortilla francesa con jamón york Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1, 3, 14)</p> <p>675 Kcal 17,4g Prot 29,2g Lip 81,7g Hc</p>	<p>Garbanzos guisados Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Yogur sabor / Fruta de temporada Pan / Pan integral (6, 7, 14, 1, 10, 11)</p> <p>774 Kcal 37,5g Prot 36,4g Lip 70,9g Hc</p>	<p>Arroz hortelano (j. verde, calabacín y zanahoria) Hamburguesas de ternera casera a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (14, 1)</p> <p>646 Kcal 27,4g Prot 20,8g Lip 85,6g Hc</p>	<p>Crema de zanahoria ECO Perrito caliente especial Patatas chips Yogur sabor / Fruta de temporada Pan (14, 1, 3, 6, 7)</p> <p>877 Kcal 30,7g Prot 32,2g Lip 112,6g Hc</p>	<p>Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Huevos cocidos con salsa de tomate Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan / Pan integral (14, 3, 1, 6, 10, 11)</p> <p>632 Kcal 28,6g Prot 26,3g Lip 74,5g Hc</p>
30					
31					



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de confianza.

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO





	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	Arroz primavera Merluza al limón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 4, 14) 611 Kcal 25,2g Prot 15,7g Lip 88,1g Hc	Crema de coliflor ECO *Cinta de lomo empanada Patatas fritas Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (14, 1, 6) 624 Kcal 24,7g Prot 25,9g Lip 71,7g Hc	Garbanzos con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 3, 1) 713 Kcal 25,4g Prot 27,4g Lip 79,6g Hc	Macarrones integrales a la napolitana Albóndigas de pollo en salsa Jardinera de verduras Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (1, 6) 689 Kcal 30,5g Prot 24,4g Lip 81,7g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Palometa con tomate Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan (14, 4, 1) 606 Kcal 34,2g Prot 20,3g Lip 74,6g Hc
9	Crema / Judías verdes rehogadas con zanahoria Estofado de cerdo al chilindrón Arroz integral Fruta de temporada Pan (14, 1) 614 Kcal 31g Prot 18,3g Lip 63,9g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Hamburguesa de pollo casera a la plancha Repollo y zanahoria ECO Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (14, 1, 6) 687 Kcal 47,5g Prot 23,6g Lip 64,5g Hc	Patatas estofadas con verduras Abadejo a la vizcaína Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan (14, 4, 1) 576 Kcal 25,8g Prot 17,9g Lip 72,2g Hc	Sopa de puchero con garbanzos Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (1, 3, 6, 14) 547 Kcal 15,7g Prot 21,5g Lip 70,4g Hc	Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Guisantes salteados Fruta de temporada Pan (1, 2, 4, 12) 698 Kcal 27g Prot 19,4g Lip 91g Hc
16	Espaguetis con champiñón Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 647 Kcal 19g Prot 21,4g Lip 91,2g Hc	Alubias pintas con verduras Lomo de sajonia a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (14, 6, 1) 534 Kcal 26,9g Prot 15g Lip 79g Hc	Arroz a la milanesa Contramuslo de pollo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan (6, 14, 1) 694 Kcal 33,6g Prot 2,8g Lip 87,1g Hc	Crema de verduras (calabacín, zanahoria y espinacas ECO) *Merluza a la andaluza Patatas asadas Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (14, 4, 1, 6) 656 Kcal 25,9g Prot 23,3g Lip 82,7g Hc	Lentejas estofadas (zanahoria y pimiento verde) Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (14, 1) 730 Kcal 22,9g Prot 18,8g Lip 103,7g Hc
23	Espirales integrales con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan (1, 3, 14) 684 Kcal 17,4g Prot 25,9g Lip 91,8g Hc	Garbanzos con verduras Lomo en salsa de manzana Calabacín salteado Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (14, 1, 6) 642 Kcal 30,7g Prot 23,7g Lip 70,9g Hc	Arroz hortelano (j. verde, calabacín y zanahoria) Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan (4, 14, 1) 634 Kcal 24,8g Prot 19,4g Lip 87,8g Hc	Crema de zanahoria ECO *Perrito caliente s/g Patatas chips Yogur de soja / Fruta de temporada Pan (14, 6, 1) 884 Kcal 21,6g Prot 24,3g Lip 130,9g Hc	Alubias blancas estofadas (pimiento, zanahoria) Abadejo a la romana casero Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan (14, 1, 3, 4) 659 Kcal 34,7g Prot 23,4g Lip 78g Hc
30					
31					



Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
 Las frutas, hortalizas y verduras son de temporada y de proveedores de proximidad.

A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO





	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	<p>Arroz al horno con champiñón Merluza allimón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,4,14)</p> <p>626 Kcal 23,6g Prot 15,3g Lip 90,8g Hc</p>	<p>Crema de coliflor ECO con queso *Cinta de lomo empanada Patatas fritas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (7, 14)</p> <p>726 Kcal 28,5g Prot 30,9g Lip 77,6g Hc</p>	<p>Pisto de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3, 14)</p> <p>687 Kcal 15,1g Prot 24,1g Lip 85,2g Hc</p>	<p>*Macarrones con tomate Albóndigas de ternera casera en salsa Verduras variadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,7)</p> <p>668 Kcal 26,5g Prot 26,1g Lip 74,8g Hc</p>	<p>Guiso de patatas con verduras Palometa con tomate Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4)</p> <p>677 Kcal 23,8g Prot 19,4g Lip 89,4g Hc</p>
9	<p>Crema de calabacín Estofado de cerdo al chilindrón Arroz integral Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>646 Kcal 28,6g Prot 17,5g Lip 72,9g Hc</p>	<p>*Espirales al ajillo Hamburguesa de ternera en salsa Repollo y zanahoria ECO Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 7)</p> <p>807 Kcal 29,9g Prot 14,9g Lip 132,3g Hc</p>	<p>Patatas estofadas con verduras Abadejo a la vizcaína Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14, 4)</p> <p>664 Kcal 22,5g Prot 17,3g Lip 89,3g Hc</p>	<p>*Sopa de ave Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14,7)</p> <p>645 Kcal 20,6g Prot 26,3g Lip 72,4g Hc</p>	<p>Arroz con salsa de tomate Merluza en salsa marinera (gambas y mejillones) Zanahoria baby Fruta de temporada Pan sin alérgenos (1,2,4,12)</p> <p>698 Kcal 23,9g Prot 16g Lip 97g Hc</p>
16	<p>*Espaguetis con champiñón Tortilla francesa Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14)</p> <p>662 Kcal 12,3g Prot 24,9g Lip 89,8g Hc</p>	<p>Patatas salteadas con pimentón Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,7)</p> <p>642 Kcal 21,2g Prot 22,1g Lip 76,3g Hc</p>	<p>Arroz con zanahoria y calabacín Contramuslo de pollo al horno Pisto manchego Fruta de temporada Pan sin alérgenos</p> <p>672 Kcal 27,7g Prot 17,3g Lip 92,8g Hc</p>	<p>Crema de verduras (calabacín, zanahoria y espinacas ECO) *Merluza a la andaluza Patatas asadas Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,4,7)</p> <p>780 Kcal 25,5g Prot 24,9g Lip 100,8g Hc</p>	<p>Verduras variadas rehogadas Arroz integral con champiñones Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14)</p> <p>657 Kcal 11,1g Prot 17,9g Lip 96,2g Hc</p>
23	<p>*Espirales con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan sin alérgenos (3,14)</p> <p>857 Kcal 14,9g Prot 20,4g Lip 146,1g Hc</p>	<p>Sopa de verduras y pasta Lomo ensalado manzana Calabacín salteado Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,7)</p> <p>732 Kcal 22,8g Prot 25,5g Lip 90,6g Hc</p>	<p>Arroz con verduras Merluza en salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan sin alérgenos (4,14)</p> <p>632 Kcal 22,7g Prot 16g Lip 92,6g Hc</p>	<p>Crema de zanahoria ECO Perrito caliente de pollo Patatas chips Yogur sabor / Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,7)</p> <p>841 Kcal 30,3g Prot 14,3g Lip 127,6g Hc</p>	<p>Patatas estofadas con verduras Abadejo a la romana casero Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan sin alérgenos (14,1,3,4)</p> <p>605 Kcal 23,8g Prot 22,4g Lip 67g Hc</p>
30					
31					



A: ALÉRGICOS
ECO: ECOLÓGICO

Se ofrece diariamente **agua y pan blanco**, alternando con **pan integral semanalmente**.
Las **frutas, hortalizas y verduras** son de **temporada y de proveedores de**

