

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>3</b></p> <p><i>Fideua de verduras con pavo</i> <i>Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate</i> <i>Pan, agua ,leche y fruta fresca</i></p> <p>644,9KcalP:37,3Lip:15,7HC:83,4</p>	<p><b>4</b></p> <p><i>Crema de verduras y hortalizas</i> <i>Ragout de ternera con patatas dado</i> <i>Pan, agua y fruta fresca</i></p> <p>764,0Kcal Pt:32,1Lip:38,2HC:69,6</p>	<p><b>5</b></p> <p><i>Sopa de cocido con fideos</i> <i>Garbanzos con morcillo chorizo y zanahoria</i> <i>Pan, agua y natillas</i></p> <p>620,2Kcal Pt:29,6Lip:11,1HC:93,1</p>	<p><b>6</b></p> <p><i>Arroz a banda</i> <i>Salmón en salsa con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan, agua y fruta fresca</i></p> <p>631,6Kcal Pt:26,9Lip:15,8 HC:93,1</p>	<p><b>7</b></p> <p><i>Alubias blancas con chorizo</i> <i>Revuelto de huevo y pavo</i> <i>ensalada de lechuga y tomate</i> <i>Pan, agua y yogur de sabor</i></p> <p>630,4Kcal Pt29,8 Lip:23,5 HC:69,5</p>
<p><b>10</b></p> <p><i>Crema parmentiere</i> <i>Albóndigas de ternera en salsa con patatas fritas</i> <i>Pan, agua ,leche y fruta fresca</i></p> <p>659,1KcalProt35Lip:19,2HC:90,4</p>	<p><b>11</b></p> <p><i>Espaguetis salteados con york</i> <i>Tortilla de patata y espinacas con ensalada de lechuga y zanahoria</i> <i>Pan, agua y fruta fresca</i></p> <p>660,2KcalPt19,6Lip:21,6 HC:95,1</p>	<p><b>12</b></p> <p><i>Guiso de patatas con magro</i> <i>Bacalao a la vizcaína con ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Pan, agua y natillas</i></p> <p>702,2Kcal Pt42,7Lip:20,2HC:82,1</p>	<p><b>13</b></p> <p><i>Lentejas con verduras</i> <i>Ragout de pavo con patata dado</i> <i>Pan, agua y fruta fresca</i></p> <p>536,5Kcal Pt:28,2 Lip:13,7 HC71,4</p>	<p><b>14</b></p> <p><i>Poella mixta</i> <i>Rabas a la romana con lechuga y tomate</i> <i>Pan, agua y yogur de sabor</i></p> <p>682,5Kcal Pt:26,9 Lip:25,1HC:83,8</p>
<p><b>17</b></p> <p><i>Macarrones con tomate</i> <i>Caballa en aceite con pisto de verduras</i> <i>Pan, agua ,leche y fruta fresca</i></p> <p>704,4Kcal Pt:27,2Lip:25,0HC:89,6</p>	<p><b>18</b></p> <p><i>Alubias pintas con verduras</i> <i>Tortilla de atún con ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Pan, agua y fruta fresca</i></p> <p>556,2Kcal Pt:31,8Lip:12,1HC:72,1</p>	<p><b>19</b></p> <p><i>Crema de calabacín</i> <i>Pollo al ajillo con patatas fritas</i> <i>Pan, agua y natillas</i></p> <p>494,3Kcal Pt:32,4 Lip:13,5HC:57,5</p>	<p><b>20</b></p> <p><i>Sopa de cocido con fideos</i> <i>Garbanzos con morcillo chorizo y zanahoria</i> <i>Pan, agua y fruta fresca</i></p> <p>663,6Kcal Pt:31,5Lip:15,1 HC:93,2</p>	<p><b>21</b></p> <p><i>Arroz caldoso con pollo</i> <i>Merluza en salsa verde con ensalada de lechuga y tomate</i> <i>Pan, agua y yogur de sabor</i></p> <p>838,9Kcal Pt:44,6Lip26,4 HC101,4</p>
<p><b>24</b></p> <p><i>Arroz con salsa de tomate</i> <i>Saichichas a la plancha</i> <i>Ensalada de lechuga y ensalada</i> <i>Pan, agua ,leche y fruta fresca</i></p> <p>746,7Kcal Pt:26,5g Lip:30,6g HC88</p>	<p><b>25</b></p> <p><i>Lentejas con chorizo</i> <i>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y tomate</i> <i>Pan, agua y fruta fresca</i></p> <p>Kcal 708 Pt 27,2Lip 25 HC 86,2</p>	<p><b>26</b></p> <p><i>Espirales a la carbonara</i> <i>Abadejo en adobo de limón frito con ensalada de lechuga y tomate</i> <i>Pan, agua y natillas</i></p> <p>Kcal 753,3Pt 28 Lip 25,8 HC98,4</p>	<p><b>27</b></p> <p><i>Sopa de cocido con fideos</i> <i>Garbanzos con morcillo chorizo y zanahoria</i> <i>Pan, agua y fruta fresca</i></p> <p>Kcal 658,9 Pt32,9,1 Lip 13 HC 95,5</p>	<p><b>28</b></p> <p><b>DÍA NO LECTIVO</b></p>