



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
1 VACACIONES	2 VACACIONES	3 VACACIONES	4 VACACIONES	5 VACACIONES	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
8 Arroz napolitana Tortilla de jamón york con ensalada Fruta y pan	9 Lentejas a la riojana Pechuga de pollo empanada con ensalada Postre lácteo y pan	10 Crema de zanahoria y calabaza Rape a la romana con ensalada Fruta y pan	11 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan	12 Judías verdes con tomate Estofado de ternera con patatas dado Fruta y pan	Kcal: 718 HC: 82 Prot: 32 Lip: 31
15 Sopa de ave con fideos (pasta, cebolla, zanahoria) Hamburguesa a la plancha con verduras salteadas Fruta y pan	16 Alubias blancas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada Postre lácteo y pan	17 Crema de puerros Palometa a la romana con ensalada Fruta y pan	18 JORNADA GASTRONÓMICA Arroz congrí Picadillo a la criolla Postre Especial y pan	19 Pasta napolitana Merluza en salsa verde con ensalada Fruta y pan	Kcal: 712 HC: 85 Prot: 31 Lip: 26
22 Crema de verduras San Jacobo con ensalada Fruta y pan	23 Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan	24 Verduras salteadas Contramuslo de pollo asado con patatas fritas Fruta y pan	25 Lentejas con verduras Huevos revueltos con picadillo con ensalada Fruta y pan	26 Arroz milanesa Lenguadina empanada con tomate al horno Fruta y pan	Kcal: 710 HC: 81 Prot: 31 Lip: 32
29 Marmitako de atún Tortilla de jamón york con ensalada Fruta y pan	30 Alubias blancas estofadas con verduras Estofado de cerdo con tomate con patatas dado Postre lácteo y pan	31 Macarrones amatriciana Ventresca de merluza al horno con ensalada Fruta y pan			Kcal: 677 HC: 74 Prot: 35 Lip: 28