



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>Arroz con verduras Lomo de Sajonia con lechuga y zanahoria Fruta y pan Rice with vegetable Kassler with lettuce & carrot Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Alubias blancas estofadas Tortilla de atún con lechuga y maíz Fruta y pan Stewed white beans Tuna omelette with lettuce & sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>5</p> <p>Macarrones salteados Palometa con tomate con verduritas Postre lácteo y pan Sautéed macaroni Pomfret with tomato sauce with vegetables Dairy dessert and bread</p>	<p>6</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 741</p> <p>HC: 92</p> <p>Prot: 32</p> <p>Lip: 30</p>
<p>9</p> <p>Lentejas con arroz Merlán al horno con lechuga y maíz Fruta y pan Lentils with rice Baked whiting with lettuce & sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>10</p> <p>Sopa de fideos Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan Noodle soup Rosemary roasted chicken with french fries Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Espirales con tomate Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Spirals with tomato sauce Spanish potato omelette with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>12</p> <p>Guisantes salteados Hamburguesa a la plancha con lechuga y olivas negras Postre lácteo y pan Sautéed peas Grilled hamburger with lettuce & olives Dairy dessert and bread</p>	<p>13</p> <p>Paella mixta Filete de merluza con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta (eco.) y pan Mixed paella Hake steak with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 738</p> <p>HC: 87</p> <p>Prot: 30</p> <p>Lip: 29</p>
<p>16</p> <p>Crema de espárragos Filete de pollo con lechuga y zanahoria Fruta y pan Cream of asparagus Chicken steak with lettuce & carrot Fruit and bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Caella en salsa con lechuga y maíz Fruta y pan Stewed pinto beans Blue shark in gravy with lettuce & sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Sopa de ave con arroz Lacón a la gallega con patatas al vapor Fruta y pan Chicken soup with rice Lacón pork shoulder with potatoes with steamed potatoes Fruit and bread</p>	<p>19</p> <p>Coditos boloñesa Tortilla francesa con menestra Postre lácteo y pan Pasta bolognese sauce Omelette with menestra Dairy dessert and bread</p>	<p>20</p> <p>Lentejas con verduras (eco.) Bacalao con lechuga y olivas negras Fruta y pan Vegetable lentils Codfish with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 647</p> <p>HC: 86</p> <p>Prot: 34</p> <p>Lip: 21</p>
<p>23</p> <p>Macarrones con tomate Tortilla francesa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Omelette with lettuce & carrot Fruit and bread</p>	<p>24</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Patatas estofadas Salchichas frescas al horno con lechuga y tomate (eco.) Fruta y pan Stewed potatoes Baked fresh sausage with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz con tomate Merluza con lechuga y maíz Postre lácteo y pan Rice with tomato sauce Hake with lettuce & sweetcorn Dairy dessert and bread</p>	<p>27</p> <p>Crema de verduras Jamoncitos de pollo al horno con patatas Fruta y pan Vegetable cream Baked chicken drumsticks with potatoes Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 711</p> <p>HC: 82</p> <p>Prot: 29</p> <p>Lip: 32</p>
<p>30</p> <p>FESTIVO</p>					<p>Kcal: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>Prot: 0</p> <p>Lip: 0</p>