



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 francesa con lechuga y maíz Fruta y pan integral Stewed white beans Omelette with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal bread</p>	<p>5</p> <p>Macarrones salteados Filete ruso casero con verduritas Postre Especial y pan Sautéed macaroni Homemade hamburger steak (with spices) with vegetables Special desserts 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: 690</p> <p>HC: 93</p> <p>Prot: 27</p> <p>Lip: 28</p>
<p>9</p> <p>Lentejas con arroz Estofado de pavo con lechuga y maíz Fruta y pan integral Lentils with rice Turkey stew with lettuce & sweetcorn Fruit and whole meal 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 integral Spirals with tomato sauce Spanish potato omelette with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and whole meal bread</p>	<p>12</p> <p>Guisantes salteados Hamburguesa a la plancha con lechuga y olivas negras Postre Especial y pan Sautéed peas Grilled hamburger with lettuce & olives Special desserts and bread</p>	<p>13</p> <p>Paella de verduras Ragout de ternera con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta (eco.) y pan Vegetarian paella Beef ragout sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 706</p> <p>HC: 84</p> <p>Prot: 28</p> <p>Lip: 28</p>
<p>16</p> <p>Crema de espárragos Escalope de pollo con lechuga y zanahoria Fruta y pan integral Cream of asparagus Chicken escalope (breaded) with lettuce & carrot Fruit and whole meal bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Ragout de cerdo con lechuga y maíz Fruta y pan Stewed pinto beans Pork ragout sauce 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 integral Chicken soup with rice Lacón pork shoulder with potatoes with steamed potatoes Fruit and whole meal 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.) Pavo en salsa con lechuga y olivas negras Fruta y pan Vegetable lentils Turkey with gravy with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 659</p> <p>HC: 85</p> <p>Prot: 32</p> <p>Lip: 24</p>
<p>23</p> <p>Macarrones con tomate Tortilla francesa con lechuga y zanahoria Fruta y pan integral Macaroni with tomato sauce Omelette with lettuce & carrot Fruit and whole meal 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 integral Stewed potatoes Baked fresh sausage with lettuce & tomatoes Fruit and whole meal bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz con tomate Hamburguesa casera con lechuga y maíz Postre Especial y pan Rice with tomato sauce Homemade hamburger with lettuce & sweetcorn Special desserts 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: 703</p> <p>HC: 80</p> <p>Prot: 28</p> <p>Lip: 32</p>
<p>30</p> <p>FESTIVO</p>				<p>INTOLERANTE A LA LACTOSA Y ALÉRGICO AL PESCADO</p>	<p>Kcal: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>Prot: 0</p> <p>Lip: 0</p>