



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>Arroz tres delicias Lomo de Sajonia con lechuga y zanahoria Fruta y pan Chinese fried rice 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 (eco.) con queso Filete ruso casero con verduras Postre lácteo y pan Macaroni with cheese Homemade hamburger steak (with spices) 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: 720 HC: 93 Prot: 28 Lip: 29</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 picadillo Pollo asado al romero con patatas fritas Fruta y pan Broth with ham & egg bits 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 con jamón Hamburguesa a la plancha con lechuga y olivas negras Postre lácteo y pan Peas with ham Grilled hamburger with lettuce & olives Dairy dessert 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: 695 HC: 78 Prot: 29 Lip: 30</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 HC: 85 Prot: 32 Lip: 24</p>
<p>23</p> <p>Macarrones gratinados Tortilla de jamón york con lechuga y zanahoria Fruta y pan integral Macaroni au gratin Cooked ham 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 lácteo y pan Rice with tomato sauce Homemade hamburger 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: 717 HC: 80 Prot: 28 Lip: 34</p>
<p>30</p> <p>FESTIVO</p>				<p>ALÉRGICO AL PESCADO (SÍ PUEDE ATÚN ENLATADO, MARISCO, EMPERADOR Y BOQUERONES)</p>	<p>Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0</p>