

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2	Crema de calabaza eco Merluza al limón con verduras Yogur Pan ((4 , 14) , (7) , (1))	3	Coditos con tomate y albahaca Jamoncitos de pollo al horno con patatas Fruta Pan ((1) , (14))	4	Sopa de ave con pistones Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta Pan integral ((1) , (6 , 14))	5	Alubias blancas estofadas con hortalizas Empanadillas de atún Ensalada de lechuga y maíz Yogur ((14) , (1 , 4) , (7) , (1))	6	Patatas estofadas con hortalizas Tortilla francesa con salteado campestre Bizcocho casero Pan ((14) , (3) , (1 , 3 , 7) , (1))
859 Kcal 30,7g Prot 43,4g Lip 66,2g		595 Kcal 18,5g Prot 8,9g Lip 112,2g		521 Kcal 16,5g Prot 20,3g Lip 68g Hc		1230 Kcal 24g Prot 60g Lip 131,4g Hc		816 Kcal 19,5g Prot 35,6g Lip 102g	
9	Arroz tres delicias Pollo empanado Ensalada de lechuga y maíz Yogur ((3) , (1) , (7))	10	Sopa de ave con pistones Cocido completo Fruta Pan ((1) , (14))	11	Macarrones con tomate Albóndigas de ternera a la jardinera Fruta Pan integral ((1) , (6 , 14))	12	Crema de verduras eco. Tortilla de patatas con salteado de champiñones Flan de vainilla Pan ((3) , (7) , (1))	13	Alubias blancas estofadas con hortalizas Salmón al horno con verduritas Bizcocho casero Pan ((14) , (4) , (1 , 3 , 7) , (1))
890 Kcal 27,7g Prot 86,9g Lip 97,8g		734 Kcal 30,9g Prot 21,5g Lip 106,7g		835 Kcal 26g Prot 37,8g Lip 99,8g Hc		788 Kcal 14,5g Prot 37,5g Lip 91,5g		817 Kcal 54,1g Prot 22,8g Lip 96,4g	
16	Crema de calabacín eco Merluza a la romana Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur ((1 , 3 , 4) , (14) , (7) , (1))	17	Patatas estofadas con arroz integral Tortilla francesa con brócoli Macedonia Pan ((14) , (3) , (1))	18	Sopa de ave con pistones Filete ruso de ternera con tomate y patatas Fruta Pan integral ((1) , (6 , 14))	19	Coditos con tomate Ragout de pollo con patata y calabaza Yogur Pan ((1) , (14) , (7))	20	Lentejas estofadas con hortalizas Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Bizcocho casero ((14) , (3) , (1 , 3 , 7) , (1))
1046 Kcal 27,1g Prot 62g Lip 73,7g		703 Kcal 11,8g Prot 33,2g Lip 88g Hc		600 Kcal 16,6g Prot 28,4g Lip 69,3g		946 Kcal 39,5g Prot 38,7g Lip 90,6g		1033 Kcal 32,7g Prot 42,8g Lip 122g	
23	Arroz con salsa de tomate Pollo guisado al ajillo con patata Gelatina Pan ((14) , (1))	24	Crema de zanahoria eco Tortilla francesa con verduras Fruta Pan ((3 , 14) , (1))	25	Judías verdes con patatas Nuggets de pollo con con salteado de maíz y zanahoria Fruta Pan integral ((14) , (1 , 6 , 7) , (1))	26	Patatas revolconas Pollo en pepitoria con patata Postre especial Pan C ((14) , (3 , 14) , (1 , 7) , (1))	27	
781 Kcal 37,7g Prot 21,9g Lip 105,9g		708 Kcal 18g Prot 31,1g Lip 87,9g Hc		637 Kcal 18,7g Prot 31,3g Lip		1017 Kcal 59g Prot 41,8g Lip 98,4g			
30		31							

- Alérgenos**
- 1. Gluten
 - 2. Crustáceo
 - 3. Huevo
 - 4. Pescado
 - 5. Cacahuete
 - 6. Soja
 - 7. Lácteo
 - 8 Fruto cáscara
 - 9. Apio
 - 10. Mostaza
 - 11. Sésamo
 - 12. Molusco
 - 13. Altramuz
 - 14. Sulfito

