

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2	Crema de calabaza Tortilla francesa con verduras Yogur Pan ( (14) , (3) , (7) , (1) )	3	Coditos con tomate y albahaca Jamoncitos de pollo al horno con patatas Fruta Pan ( (1) , (14) )	4	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Hamburguesa con salsa de tomate y patatas Fruta Pan ( (6) , (14) , (1) )	5	Fabada asturiana Lacón a la gallega con patatas Yogur Pan ( (7) , (14) , (1) )	6	Patatas estofadas con hortalizas Tortilla francesa con verduras Bizcocho casero Pan ( (14) , (3) , (1) , (3) , (7) , (1) )
560 Kcal 7,8g Prot 24,3g Lip 59,8g Hc		793 Kcal 18,5g Prot 31g Lip 112,4g		547 Kcal 18,8g Prot 18,5g Lip 79,9g		1154 Kcal 41,2g Prot 56,7g Lip		525 Kcal 12,2g Prot 11,8g Lip 89,5g	
9	Arroz tres delicias Filete de pollo al ajillo con patatas Yogur Pan ( (3) , (14) , (7) , (1) )	10	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Cocido completo Fruta Pan ( (7) , (14) , (1) )	11	Macarrones con tomate Hamburguesa de ternera a la jardinera con patata Fruta Pan ( (1) , (6) , (14) )	12	Crema de verduras Tortilla de patata con verduras Flan de vainilla Pan ( (14) , (3) , (7) , (1) )	13	Judías blancas guisadas con hortalizas Pollo estofado con verduras Bizcocho casero Pan ( (14) , (1) , (3) , (7) , (1) )
890 Kcal 28g Prot 38,1g Lip 90,8g Hc		795 Kcal 29,1g Prot 36,9g Lip 91,4g		848 Kcal 29,6g Prot 29g Lip 119g Hc		657 Kcal 14,1g Prot 26,1g Lip 86,3g		912 Kcal 57,4g Prot 28,4g Lip 104g	
16	Crema de calabacín Lacón a la gallega con patatas Yogur Pan ( (14) , (7) , (1) )	17	Patatas estofadas con hortalizas y arroz integral Lomo de Sajonia con brócoli Macedonia Pan ( (14) , (1) )	18	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Filete ruso al horno con patatas Fruta Pan ( (6) , (14) , (1) )	19	Coditos con tomate y chorizo Pollo estofado con verduras y patatas Yogur Pan ( (1) , (7) , (14) , (7) , (1) )	20	Lentejas estofadas con hortalizas Tortilla de patata con verduras Bizcocho casero Pan ( (3) , (1) , (3) , (7) , (1) )
821 Kcal 25g Prot 37,1g Lip 79,5g Hc		755 Kcal 27,5g Prot 25,4g Lip 100,4g		533 Kcal 18,8g Prot 19,3g Lip 74,8g		1060 Kcal 41,7g Prot 46,4g Lip 98,1g		849 Kcal 30,9g Prot 27,3g Lip 111,5g	
23	Arroz con salsa de tomate Lomo de sajonia en salsa con patatas Gelatina Pan ( (14) , (1) )	24	Crema de zanahoria Tortilla francesa con verduras Fruta Pan ( (14) , (3) , (1) )	25	Judías verdes con patatas Lacón a la gallega con patatas Fruta Pan ( (14) , (1) )	26	Patatas estofadas con hortalizas Contramuslo de pollo con patatas Yogur Pan C ( (14) , (7) , (1) )	27	
664 Kcal 19,9g Prot 14,2g Lip 111,9g		545 Kcal 9g Prot 20,8g Lip 81,4g Hc		768 Kcal 27,2g Prot 29,2g Lip		921 Kcal 30,6g Prot 46,7g Lip			
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

