



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
FIESTA	FIESTA	FIESTA	FIESTA	FIESTA
<b>10</b> Kcal 803 HC 113 Lip 29 Prot 27	<b>11</b> Kcal 589 HC 78 Lip 13 Prot 43	<b>12</b> Kcal 810 HC 96 Lip 29 Prot 44	<b>13</b> Kcal 522 HC 60 Lip 14 Prot 40	<b>14</b> Kcal 669 HC 88 Lip 16 Prot 47
Arroz integral con tomate Huevos fritos con ensalada Fruta fresca	Crema de calabaza Pechuga de pollo con zanahoria y champiñón Fruta fresca	Alubias blancas con verduras Pescado fresco con ensalada Yogur	Judías verdes salteadas Lomo fresco con ensalada Fruta fresca	Lentejas con verduras Merluza al horno con ensalada Fruta fresca
Crema - Carne - Yogur	Arroz - Pescado - Fruta	Verdura - Ave - Fruta	Pasta - Pescado - Yogur	Crema - Huevo - Yogur
<b>17</b> Kcal 878 HC 99 Lip 27 Prot 63	<b>18</b> Kcal 762 HC 101 Lip 22 Prot 44	<b>19</b> Kcal 820 HC 69 Lip 39 Prot 49	<b>20</b> Kcal 669 HC 108 Lip 13 Prot 34	<b>21</b> Kcal 765 HC 98 Lip 20 Prot 52
Macarrones integrales italiana Muslo de pollo con ensalada Fruta fresca	Alubias rojas con verduras Merluza en salsa verde Fruta fresca	Crema de verduras Guiarra de cerdo al horno con pimientos rojos Queso	Arroz integral con verduras Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca	Garbanzos con calabaza Pavo guisado con ensalada Fruta fresca
Ensalada - Huevo - Yogur	Crema - Ave - Yogur	Patata - Pescado - Fruta	Verdura - Huevo - Yogur	Sopa - Carne - Lácteo
<b>24</b> Kcal 796 HC 72 Lip 42 Prot 25	<b>25</b> Kcal 762 HC 107 Lip 24 Prot 34	<b>26</b> Kcal 846 HC 114 Lip 26 Prot 42	<b>27</b> Kcal 675 HC 78 Lip 23 Prot 43	<b>28</b> Kcal 738 HC 106 Lip 17 Prot 45
Menestra de verduras Albondigas con ensalada Fruta fresca	Lentejas con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca	Macarrones integrales con bonito Pescado fresco con ensalada Fruta fresca	Crema de calabaza Guisado de ternera con ensalada Fruta fresca	Alubias blancas con verduras Merluza meniere Yogur
Sopa - Pescado - Lácteo	Sopa - Carne - Yogur	Verdura - Huevo - Yogur	Crema - Pescado - Yogur	Arroz - Huevo - Fruta
<b>31</b> Kcal 770 HC 127 Lip 13 Prot 40				
Arroz integral con tomate Lomo adobado a la jardinera Fruta fresca				
Verdura - Huevo - Lácteo				