



| lunes | martes | miércoles | jueves | viernes | I. Nutricional |
|--|---|---|---|---|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0 |
| 8 Lentejas estofadas Ragout de ternera con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Stewed lentils Beef ragout sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread | 9 Espirales con verduras Lomo al horno con lechuga y zanahoria Fruta y pan Spirals with vegetables Baked tenderloin with lettuce & carrot Fruit and bread | 10 Arroz napolitana Pavo en salsa con lechuga y maíz Fruta y pan Neapolitan rice Turkey with gravy with lettuce & sweetcorn Fruit and bread | 11 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread | 12 Crema de calabaza Jamoncitos de pollo al ajillo con patatas Postre lácteo y pan Cream of butternut squash Chicken drumsticks in garlic sauce with potatoes Dairy dessert and bread | Kcal: 659 HC: 80 Prot: 36 Lip: 24 |
| 15 Lentejas con verduras Chuleta de Sajonia con lechuga y olivas negras Fruta y pan Vegetable lentils Kassler with lettuce & olives Fruit and bread | 16 Coditos con tomate Ternera en salsa con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Pasta with tomato sauce Beef in sauce with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread | 17 Crema de zanahoria Cinta de lomo con menestra Fruta y pan Cream of carrot Pork loin with menestra Fruit and bread | 18 Garbanzos estofados Magro en salsa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed chickpeas Lean pork in sauce with lettuce & carrot Fruit and bread | 19 Patatas guisadas Pollo asado al romero con lechuga y maíz Postre lácteo y pan Stewed potatoes Rosemary roasted chicken with lettuce & sweetcorn Dairy dessert and bread | Kcal: 704 HC: 78 Prot: 35 Lip: 32 |
| 22 JORNADA CUBANA Arroz congrí Picadillo a la criolla con plátano frito Postre Especial y pan Black beans and rice Creole style & fried plantain Special desserts and bread | 23 Alubias blancas estofadas Pavo en salsa con lechuga y olivas negras Fruta y pan Stewed white beans Turkey with gravy with lettuce & olives Fruit and bread | 24 Coditos napolitana Lacón al horno con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Neapolitan style Pasta Baked lacón pork with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread | 25 Lentejas estofadas Filete de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Stewed lentils Chicken steak with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread | 26 Judías verdes con patatas Hamburguesa a la plancha con lechuga y maíz Postre lácteo y pan Green beans with potatoes Grilled hamburger with lettuce & sweetcorn Dairy dessert and bread | Kcal: 697 HC: 78 Prot: 30 Lip: 25 |
| 29 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread | 30 Macarrones napolitana Magro estofado con lechuga y zanahoria Fruta y pan Macaroni in neapolitan sauce Pork steak stew with lettuce & carrot Fruit and bread | 31 Arroz con verduras Albóndigas a la jardinera con verduritas Fruta y pan Rice with vegetable Meatballs with vegetables with vegetables Fruit and bread | | ALÉRGICO AL HUEVO Y PESCADO | Kcal: 734 HC: 90 Prot: 36 Lip: 26 |