



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
ALÉRGICO AL HUEVO Y PESCADO			1 Crema de calabacín Pollo al horno con patatas fritas Fruta y pan Cream of zucchini Baked chicken with french fries Fruit and bread	2 Guisantes salteados Pavo al ajillo con lechuga y olivas negras Postre lácteo y pan Sautéed peas Turkey with garlic with lettuce & olives Dairy dessert and bread	Kcal: 633 HC: 67 Prot: 34 Lip: 28
5 Paella de verduras Filete de pollo con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetarian paella Chicken steak with lettuce & carrot Fruit and bread	6 Lentejas a la jardinera Lomo de Sajonia con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Vegetables lentils Kassler with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	7 Patatas con magro Ternera en salsa con lechuga y maíz Fruta y pan Pork & potato stew Beef in sauce with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	8 Alubias blancas estofadas Estofado de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Stewed white beans Chicken stew with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	9 Macarrones con tomate Ragout de cerdo con lechuga y remolacha Postre lácteo y pan Macaroni with tomato sauce Pork ragout sauce with lettuce and beets Dairy dessert and bread	Kcal: 731 HC: 86 Prot: 35 Lip: 30
12 Sopa de ave con arroz Albóndigas a la jardinera con zanahorias y judías verdes Fruta y pan Chicken soup with rice Meatballs with vegetables with carrots & green beans Fruit and bread	13 Crema de legumbres Estofado de pavo con patatas dado Fruta y pan Cream of legumes Turkey stew with diced potatoes Fruit and bread	14 Espirales con tomate Cinta de lomo con lechuga y zanahoria Fruta y pan Spirals with tomato sauce Pork loin with lettuce & carrot Fruit and bread	15 FESTIVO	16 FESTIVO	Kcal: 743 HC: 88 Prot: 27 Lip: 28
19 Patatas guisadas Pavo en salsa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed potatoes Turkey with gravy with lettuce & carrot Fruit and bread	20 Judías verdes salteadas Magro estofado con champiñones Fruta y pan Sautéed green beans Pork steak stew with mushrooms Fruit and bread	21 Lentejas estofadas Lomo de Sajonia con lechuga y olivas negras Fruta y pan Stewed lentils Kassler with lettuce & olives Fruit and bread	22 Arroz napolitana Filete ruso casero con guisantes salteados Fruta y pan Neapolitan rice Homemade hamburger steak (with spices) with sautéed peas Fruit and bread	23 Coliflor con patatas Pollo asado con lechuga y maíz Postre lácteo y pan Cauliflower with potatoes Roasted chicken with lettuce & sweetcorn Dairy dessert and bread	Kcal: 745 HC: 76 Prot: 30 Lip: 37
26 Alubias blancas estofadas Ragout de cerdo con lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed white beans Pork ragout sauce with lettuce & carrot Fruit and bread	27 Macarrones con tomate Estofado de pavo con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Turkey stew with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	28 Crema de zanahoria Hamburguesa a la plancha con lechuga y maíz Fruta y pan Cream of carrot Grilled hamburger with lettuce & sweetcorn Fruit and bread			Kcal: 638 HC: 79 Prot: 27 Lip: 21