



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
			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 Merluza a la romana con lechuga y olivas negras Postre lácteo y pan Sautéed peas Battered & fried hake with lettuce & olives Dairy dessert and bread	Kcal: 686 HC: 71 Prot: 34 Lip: 33
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 Pavo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Vegetables lentils Grilled turkey with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	7 Patatas estofadas Filete de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan Stewed potatoes Hake steak with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	8 Alubias blancas estofadas Tortilla francesa con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Stewed white beans Omelette with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	9 Macarrones gratinados Palometa a la andaluza con lechuga y remolacha Postre lácteo y pan Macaroni au gratin Andalusian style Pomfret with lettuce and beets Dairy dessert and bread	Kcal: 653 HC: 82 Prot: 33 Lip: 23
12 Sopa de ave con arroz Albóndigas de ternera con zanahorias y judías verdes Fruta y pan Chicken soup with rice Beef meatballs 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 Merlán a la romana con lechuga y zanahoria Fruta y pan Spirals with tomato sauce Batter-fried whiting with lettuce & carrot Fruit and bread	15 <b>FESTIVO</b>	16 <b>FESTIVO</b>	Kcal: 726 HC: 90 Prot: 31 Lip: 30
19 Patatas guisadas Tortilla de atún con lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed potatoes Tuna omelette with lettuce & carrot Fruit and bread	20 Judías verdes salteadas Pescado en salsa con champiñones Fruta y pan Sautéed green beans Fish in sauce with mushrooms Fruit and bread	21 Lentejas estofadas Empanadilla con lechuga y olivas negras Fruta y pan Stewed lentils Meat pastry with lettuce & olives Fruit and bread	22 Arroz napolitana Filete de merluza con guisantes salteados Fruta y pan Neapolitan rice Hake steak 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: 722 HC: 81 Prot: 30 Lip: 31
26 Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed white beans Spanish potato omelette with lettuce & carrot Fruit and bread	27 Macarrones gratinados Caella adobada con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Macaroni au gratin Pickled blue shark with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	28 Crema de zanahoria Hamburguesa de ternera con lechuga y maíz Fruta y pan Cream of carrot Beef hamburger with lettuce & sweetcorn Fruit and bread			Kcal: 672 HC: 85 Prot: 26 Lip: 23