



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
ALÉRGICO AL HUEVO Y PESCADO			1 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	2 Arroz con verduras Filete de pollo con lechuga y zanahoria Postre lácteo y pan Rice with vegetable Chicken steak with lettuce & carrot Dairy dessert and bread	Kcal: 727 HC: 95 Prot: 33 Lip: 26
5 Lentejas estofadas Lacón a la gallega con patatas al vapor Fruta y pan Stewed lentils Lacón pork shoulder with potatoes with steamed potatoes Fruit and bread	6 Macarrones con tomate Estofado de pavo con lechuga y olivas negras Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Turkey stew with lettuce & olives Fruit and bread	7 Arroz napolitana Ragout de cerdo con lechuga y maíz Fruta y pan Neapolitan rice Pork ragout sauce with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	8 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	9 Crema de calabacín Pollo asado al limón con patatas Postre lácteo y pan Cream of zucchini Roasted lemon chicken with potatoes Dairy dessert and bread	Kcal: 699 HC: 90 Prot: 32 Lip: 26
12 Coditos boloñesa Lomo de Sajonia con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Pasta bolognese sauce Kassler with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	13 Alubias blancas estofadas Pollo en salsa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed white beans Chicken in sauce with lettuce & carrot Fruit and bread	14 Brócoli salteado Cinta de lomo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Sautéed broccoli Pork loin with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	15 Lentejas estofadas Hamburguesa a la plancha con lechuga y maíz Fruta y pan Stewed lentils Grilled hamburger with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	16 Arroz con tomate Ragout de ternera a la jardinera con verduritas Postre lácteo y pan Rice with tomato sauce Beef ragout sauce with veggies with vegetables Dairy dessert and bread	Kcal: 729 HC: 82 Prot: 30 Lip: 31
19 Sopa de fideos Jamoncitos de pollo con arroz salteado Postre Especial y pan Noodle soup Chicken drumsticks with sautéed rice Special desserts and bread	20 Espirales napolitana Filete ruso casero con lechuga y olivas negras Fruta y pan Spirals in neapolitan sauce Homemade hamburger steak (with spices) with lettuce & olives Fruit and bread	21 Crema de verduras Ternera en salsa con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetable cream Beef in sauce with lettuce & carrot Fruit and bread	22 Patatas revolconas Magro con tomate con guisantes salteados Fruta y pan Chunky mashed seasoned potatoes Pork steak with tomatoes with sautéed peas Fruit and bread	23 <b>FESTIVO</b>	Kcal: 677 HC: 77 Prot: 28 Lip: 33
26 <b>FESTIVO</b>	27 <b>FESTIVO</b>	28 <b>FESTIVO</b>	29 <b>FESTIVO</b>	30 <b>FESTIVO</b>	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0