



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
	1	2	3	4	Kcal: 706 HC: 86 Prot: 28 Lip: 30
ALÉRGICO AL HUEVO Y PESCADO	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con verduras Ternera en salsa con zanahorias baby Fruta y pan Rice with vegetable Beef in sauce with baby carrots Fruit and bread	Crema de calabaza Filete de pollo con patatas Postre lácteo y pan Cream of butternut squash Chicken steak with potatoes Dairy dessert and bread	
7	8	9	10	11	Kcal: 668 HC: 76 Prot: 28 Lip: 27
Macarrones con tomate Pavo al ajillo con lechuga y maíz Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Turkey with garlic with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	Lentejas a la jardinera Estofado de cerdo con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetables lentils Pork stew with lettuce & carrot Fruit and bread	Arroz napolitana Ragout de ternera con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Neapolitan rice Beef ragout sauce with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	Coliflor rehogada Hamburguesa a la plancha con lechuga y olivas negras Fruta y pan Sautéed cauliflower Grilled hamburger with lettuce & olives Fruit and bread	Crema de calabacín Pollo en salsa con lechuga y zanahoria Postre lácteo y pan Cream of zucchini Chicken in sauce with lettuce & carrot Dairy dessert and bread	
14	15	16	17	18	Kcal: 763 HC: 91 Prot: 30 Lip: 29
Arroz con tomate Estofado de magro a la jardinera con verduritas Fruta y pan Rice with tomato sauce Lean pork & vegetable stew with vegetables Fruit and bread	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	Crema de zanahoria Lomo de Sajonia con lechuga y maíz Fruta y pan Cream of carrot Kassler with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	Espirales con verduras Albóndigas con tomate con patatas dado Fruta y pan Spirals with vegetables Meatballs with tomato sauce with diced potatoes Fruit and bread	Lentejas estofadas Ragout de pavo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Stewed lentils Turkey stew with sautéed carrots Dairy dessert and bread	
21	22	23	24	25	Kcal: 684 HC: 77 Prot: 31 Lip: 29
JORNADA BRASILEÑA Crema de maíz Lomo de cerdo con bananas Postre Especial y pan Creamed corn Pork loin with bananas Special desserts and bread	Patatas guisadas Filete ruso casero con lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed potatoes Homemade hamburger steak (with spices) with lettuce & carrot Fruit and bread	Judías verdes rehogadas Jamoncitos de pollo con patatas dado Fruta y pan Sautéed green beans Chicken drumsticks with diced potatoes Fruit and bread	Alubias pintas estofadas Estofado de cerdo con lechuga y maíz Fruta y pan Stewed pinto beans Pork stew with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	Coditos boloñesa Pavo al ajillo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Postre lácteo y pan Pasta bolognese sauce Turkey with garlic with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Dairy dessert and bread	
28	29	30	31		Kcal: 716 HC: 88 Prot: 33 Lip: 28
Crema de legumbres Salteado moruno con patatas Fruta y pan Cream of legumes Shish-kabab with potatoes Fruit and bread	Arroz con magro Ragout de ternera con lechuga y zanahoria Fruta y pan Pork with rice Beef ragout sauce with lettuce & carrot Fruit and bread	Macarrones napolitana Filete de pollo con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Macaroni in neapolitan sauce Chicken steak with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread		