



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
				1 Crema de verduras Tortilla de patatas con lechuga y maíz Postre lácteo y pan Vegetable cream Spanish potato omelette with lettuce & sweetcorn Dairy dessert and bread	Kcal: 709 HC: 86 Prot: 22 Lip: 33
4 Arroz con verduras Salchichas de pollo con lechuga y zanahoria Fruta y pan Rice with vegetable Chicken hotdogs with lettuce & carrot Fruit and bread	5 Lentejas a la jardinera Ternera en salsa con lechuga y olivas negras Fruta y pan Vegetables lentils Beef in sauce with lettuce & olives Fruit and bread	6 Menestra de verdura salteada con jamón Hamburguesa a la plancha con lechuga y maíz Fruta y pan Minestrone sautéed with ham Grilled hamburger with lettuce & sweetcorn Fruit and bread	7 Espirales gratinados Estofado de pavo con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Spirals au gratin Turkey stew with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread	8 Crema de calabaza Tortilla francesa con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Postre lácteo y pan Cream of butternut squash Omelette with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Dairy dessert and bread	Kcal: 650 HC: 77 Prot: 26 Lip: 25
11 Macarrones napolitana Escalope de pollo con lechuga y zanahoria Fruta y pan Macaroni in neapolitan sauce Chicken escalope (breaded) with lettuce & carrot Fruit and bread	12 Alubias blancas estofadas Estofado de ternera con pisto Fruta y pan Stewed white beans Beef stew with ratatouille Fruit and bread	13 Judías verdes rehogadas Lacón al horno con lechuga y olivas negras Fruta y pan Sauteed green beans Baked lacón pork with lettuce & olives Fruit and bread	14 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	15 Paella de verduras Tortilla de jamón york con lechuga y maíz Postre lácteo y pan Vegetarian paella Cooked ham omelette with lettuce & sweetcorn Dairy dessert and bread	Kcal: 704 HC: 84 Prot: 33 Lip: 26
18 Crema de verduras Jamoncitos de pollo con patatas fritas Fruta y pan Vegetable cream Chicken drumsticks with french fries Fruit and bread	19 Alubias pintas estofadas Filete ruso casero con lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed pinto beans Homemade hamburger steak (with spices) with lettuce & carrot Fruit and bread	20 Sopa de picadillo Cinta de lomo con verduras salteadas Fruta y pan Broth with ham & egg bits Pork loin with sautéed vegetables Fruit and bread	21 Lentejas estofadas Magro estofado con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Stewed lentils Pork steak stew with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	22 <b>COMIDA ESPECIAL</b>	Kcal: 661 HC: 74 Prot: 32 Lip: 31
25	26	27	28	29	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0