



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
27		28	29	30	31
03	Arroz con tomate Crema de calabacín Huevos fritos con salchichas Fruta - Lácteo KC:780 PR:27 LI:50 HC:59 CA:88 FE:5	04 Lentejas estofadas con verduras Acelgas rehogadas Lomo asado con verduras y con ensalada Fruta (a elegir entre dos) KC:785 PR:30 LI:18 HC:79 CA:323 FE:13	05 Patatas con magro Brócolis rehogados Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta - Lácteo KC:748 PR:34 LI:24 HC:51 CA:89 FE:6	06 Fideuá Sopa Juliana Merluza a la riojana con ensalada Fruta (a elegir entre dos) KC:806 PR:66 LI:26 HC:78 CA:314 FE:19	07 Puré de calabaza Judías verdes rehogadas Lasaña a la boloñesa Fruta - Lácteo KC:758 PR:46 LI:28 HC:83 CA:572 FE:6
10	Macarrones boloñesa Crema de puerros Ragout de pavo con ensalada Fruta - Lácteo KC:797 PR:40 LI:22 HC:47 CA:109 FE:5	11 Judías blancas estofadas Menestra de verduras Hamburguesa a la plancha con ensalada Fruta (a elegir entre dos) KC:783 PR:42 LI:22 HC:82 CA:191 FE:9	12 Paella Espinacas a la crema Limanda a la romana con ensalada Fruta - Lácteo KC:738 PR:58 LI:27 HC:68 CA:238 FE:17	13 Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta (a elegir entre dos) KC:770 PR:58 LI:26 HC:75 CA:184 FE:11	14 Crema hortelana Guisantes con jamón Tortilla de patatas con ensalada Fruta - Lácteo KC:717 PR:23 LI:22 HC:60 CA:253 FE:8
17	Arroz con tomate Crema de espárragos Huevos fritos con patatas Fruta - Lácteo KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4	18 Lentejas burgalesa Panache de verduras Croquetas, empanadillas y jamón de York a la plancha Fruta (a elegir entre dos) KC:869 PR:41 LI:52 HC:87 CA:258 FE:9	19 Patatas con costillas Coliflor rehogada Albóndigas en salsa con ensalada Fruta - Lácteo KC:778 PR:35 LI:42 HC:44 CA:116 FE:5	20 Fideuá Sopa Juliana Tilapia al horno en salsa con ensalada Fruta (a elegir entre dos) KC:768 PR:55 LI:37 HC:54 CA:245 FE:17	21 Puré de zanahoria Pisto manchego Pollo a la milanesa con ensalada Fruta - Lácteo KC:741 PR:26 LI:13 HC:59 CA:131 FE:5
24	Espaguetis integrales con tomate Crema de champiñón Lacón a la gallega Fruta - Lácteo KC:877 PR:48 LI:51 HC:70 CA:146 FE:7	25 Judías blancas estofadas Acelgas rehogadas Tortilla francesa con ensalada Fruta (a elegir entre dos) KC:659 PR:32 LI:36 HC:53 CA:188 FE:8	26 Crema de verduras Alcachofas con jamón Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta - Lácteo KC:728 PR:28 LI:14 HC:63 CA:198 FE:7	27 MENÚ COMUNIDAD ANDALUZA Sopa de picadillo Gazpacho Fritura andaluza Fruta (a elegir entre dos) KC:718 PR:19 LI:11 HC:10 CA:41 FE:2	28 FESTIVO



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

KC: Energía (Kcal)
 PR: Proteínas (g)
 LI: Lípidos (g)
 HC: Hidratos de carbono (g)
 CA: Calcio (mg)
 FE: Hierro (mg)