



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

27

28

29

30

31

¡CELEBRAMOS EL DÍA DE ANDALUCÍA!

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 (sin gluten)
 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
 Filete de ternera a la plancha con ensalada
 Fruta - Lácteo

KC:618 PR:24 LI:8 HC:34 CA:82 FE:4

10

Pasta sin gluten
 Crema de puerros
 Ragout de pavo con ensalada
 Fruta - Lácteo

KC:747 PR:40 LI:22 HC:47 CA:109 FE:5

11

Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)
 Menestra de verduras
 Hamburguesa a la plancha con ensalada
 Fruta (a elegir entre dos)

KC:761 PR:45 LI:28 HC:87 CA:202 FE:9

12

Paella
 Espinacas a la crema
 Limanda a la plancha con ensalada
 Fruta - Lácteo

KC:658 PR:56 LI:22 HC:61 CA:223 FE:16

13

Sopa de cocido (pasta sin gluten)
 Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino)
 Fruta (a elegir entre dos)

KC:614 PR:52 LI:12 HC:74 CA:179 FE:10

14

Crema hortelana
 Guisantes con jamón
 Tortilla de patatas con ensalada
 Fruta - Lácteo

KC:517 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 estofadas con verduras
 Panache de verduras
 Croquetas (sin gluten)
 Fruta (a elegir entre dos)

KC:813 PR:34 LI:38 HC:86 CA:253 FE:8

19

Patatas con costillas
 Coliflor rehogada
 Lomo ibérico a la plancha con ensalada
 Fruta - Lácteo

KC:674 PR:40 LI:46 HC:27 CA:78 FE:5

20

Fideuá (sin gluten)
 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 (sin gluten) con ensalada
 Fruta - Lácteo

KC:641 PR:26 LI:13 HC:59 CA:131 FE:5



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

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

24

Pasta sin gluten
 Crema de champiñón
 Lacón a la gallega
 Fruta - Lácteo

KC:779 PR:39 LI:44 HC:58 CA:130 FE:6

25

Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)
 Acelgas rehogadas
 Tortilla francesa con ensalada
 Fruta (a elegir entre dos)

KC:696 PR:25 LI:22 HC:51 CA:173 FE:6

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 (sin gluten)
 Gazpacho (sin gluten)
 Filete de merluza a la plancha con ensalada
 Fruta

KC:626 PR:54 LI:15 HC:32 CA:129 FE:6

28

FESTIVO