



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>03 FESTIVO</p>	<p>04 Arroz con tomate Crema de calabacín Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta</p> <p>KC:717 PR:25 LI:22 HC:58 CA:54 FE:3</p>	<p>05 Potage de garbanzos Panache de verduras Merluza en salsa verde con ensalada Fruta</p> <p>KC:704 PR:55 LI:19 HC:81 CA:329 FE:10</p>	<p>06 Fideuá Sopa Juliana Ragout de pavo con verduras Fruta</p> <p>KC:803 PR:63 LI:29 HC:73 CA:255 FE:18</p>	<p>07 DÍA MUNDIAL DE LA TORTILLA DE PATATAS Puré de calabaza Judías verdes rehogadas Tortilla de patatas con ensalada Fruta</p> <p>KC:736 PR:21 LI:22 HC:54 CA:146 FE:5</p>
<p>10 Macarrones boloñesa Crema de puerros Lomo asado con verduras y con ensalada Fruta</p> <p>KC:752 PR:37 LI:24 HC:74 CA:298 FE:11</p>	<p>11 Lentejas estofadas con verduras Acelgas rehogadas Tortilla francesa con ensalada Fruta</p> <p>KC:799 PR:33 LI:28 HC:56 CA:153 FE:9</p>	<p>12 Crema de verduras Revuelto murciano Pollo a la milanesa con ensalada Fruta</p> <p>KC:706 PR:26 LI:13 HC:50 CA:210 FE:7</p>	<p>13 Sopa de cocido Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino) Fruta</p> <p>KC:614 PR:52 LI:12 HC:74 CA:179 FE:10</p>	<p>14 Arroz con verduras Brócolis rehogados Palometa con tomate y ensalada Fruta</p> <p>KC:776 PR:56 LI:36 HC:61 CA:218 FE:16</p>
<p>17 Arroz con tomate Crema de champiñón Huevos fritos con patatas Fruta</p> <p>KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4</p>	<p>18 Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino) Alcachofas con jamón Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta</p> <p>KC:674 PR:39 LI:25 HC:76 CA:172 FE:7</p>	<p>19 Puré de zanahoria Guisantes con jamón Escalopines provenzal con ensalada Fruta</p> <p>KC:775 PR:33 LI:24 HC:60 CA:134 FE:6</p>	<p>20 Fideuá Ragout de ternera con ensalada Fruta</p> <p>KC:829 PR:69 LI:35 HC:60 CA:265 FE:20</p>	<p>21 Potage de garbanzos Acelgas rehogadas Limanda a la romana con ensalada Fruta</p> <p>KC:678 PR:46 LI:21 HC:65 CA:281 FE:9</p>
<p>24 Espaguetis integrales con tomate Crema de espárragos Lacón a la gallega Fruta</p> <p>KC:877 PR:48 LI:51 HC:70 CA:146 FE:7</p>	<p>25 Lentejas estofadas con verduras Pisto manchego Croquetas (sin lactosa) Fruta</p> <p>KC:813 PR:34 LI:38 HC:86 CA:253 FE:8</p>	<p>26 Patatas con magro Coliflor rehogada Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta</p> <p>KC:748 PR:34 LI:24 HC:51 CA:89 FE:6</p>	<p>27 Paella Sopa Juliana Tilapia al horno en salsa con ensalada Fruta</p> <p>KC:776 PR:56 LI:36 HC:61 CA:218 FE:16</p>	<p>28 Crema hortelana Menestra de verduras Tortilla de patatas con ensalada Fruta</p> <p>KC:717 PR:23 LI:22 HC:60 CA:253 FE:8</p>
<p>31 Arroz con tomate Crema de calabacín Huevos fritos con patatas Fruta</p> <p>KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4</p>	<p>01</p>	<p>02</p>	<p>03</p>	<p>04</p>



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

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