



**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>03</p> <p>FESTIVO</p>	<p>04</p> <p>Arroz con tomate                      Crema de calabacín                      Albóndigas a la casera con ensalada                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:753 PR:32 LI:30 HC:94 CA:94 FE:5</p>	<p>05</p> <p>Panache de verduras                      Merluza en salsa verde con ensalada                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:719 PR:38 LI:24 HC:53 CA:174 FE:5</p>	<p>06</p> <p>Fideuá                      Sopa Juliana                      Ragout de pavo con verduras                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:803 PR:63 LI:29 HC:73 CA:255 FE:18</p>	<p>07</p> <p>Puré de calabaza                      Tortilla de patatas con ensalada                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:736 PR:21 LI:22 HC:54 CA:146 FE:5</p>
<p>10</p> <p>Macarrones boloñesa                      Crema de puerros                      Lomo asado con verduras y con ensalada                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:752 PR:37 LI:24 HC:74 CA:298 FE:11</p>	<p>11</p> <p>Acelgas rehogadas                      Tortilla francesa con ensalada                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:695 PR:24 LI:23 HC:25 CA:302 FE:9</p>	<p>12</p> <p>Crema de verduras                      Revuelto murciano                      Pollo a la milanesa con ensalada                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:706 PR:26 LI:13 HC:50 CA:210 FE:7</p>	<p>13</p> <p>Sopa de cocido                      Cocido madrileño completo                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:770 PR:58 LI:26 HC:75 CA:184 FE:11</p>	<p>14</p> <p>Arroz con verduras                      Brócolis rehogados                      Palometa con tomate y ensalada                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:776 PR:56 LI:36 HC:61 CA:218 FE:16</p>
<p>17</p> <p>Arroz con tomate                      Crema de champiñón                      Huevos fritos con patatas                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4</p>	<p>18</p> <p>Alcachofas con jamón                      Jamoncitos de pollo con ensalada                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:693 PR:32 LI:20 HC:50 CA:271 FE:9</p>	<p>19</p> <p>Puré de zanahoria                      Escalopines provenzal con ensalada                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:775 PR:33 LI:24 HC:60 CA:134 FE:6</p>	<p>20</p> <p>Fideuá                      Espinacas a la crema                      Ragout de ternera con ensalada                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:829 PR:69 LI:35 HC:60 CA:265 FE:20</p>	<p>21</p> <p>Acelgas rehogadas                      Limanda a la romana con ensalada                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:697 PR:28 LI:18 HC:33 CA:293 FE:9</p>
<p>24</p> <p>Espaguetis integrales carbonara                      Crema de espárragos                      Lacón a la gallega                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:867 PR:40 LI:45 HC:88 CA:138 FE:6</p>	<p>25</p> <p>Pisto manchego                      Croquetas, empanadillas y jamón de York a la plancha                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:688 PR:19 LI:37 HC:47 CA:250 FE:4</p>	<p>26</p> <p>Patatas con magro                      Coliflor rehogada                      Jamoncitos de pollo con ensalada                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:748 PR:34 LI:24 HC:51 CA:89 FE:6</p>	<p>27</p> <p>Paella                      Sopa Juliana                      Tilapia al horno en salsa con ensalada                      Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:776 PR:56 LI:36 HC:61 CA:218 FE:16</p>	<p>28</p> <p>Crema hortelana                      Tortilla de patatas con ensalada                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:717 PR:23 LI:22 HC:60 CA:253 FE:8</p>
<p>31</p> <p>Arroz con tomate                      Crema de calabacín                      Huevos fritos con salchichas                      Fruta - Lácteo</p> <p>KC:780 PR:27 LI:50 HC:59 CA:88 FE:5</p>	<p>01</p>	<p>02</p>	<p>03</p>	<p>04</p>