



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>03</p> <p>FESTIVO</p>	<p>04</p> <p>Arroz con tomate Crema de calabacín Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:717 PR:25 LI:22 HC:58 CA:54 FE:3</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 Judías verdes rehogadas Limanda a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:671 PR:21 LI:7 HC:34 CA:97 FE:3</p>
<p>10</p> <p>Pasta sin huevo Crema de puerros Lomo asado con verduras y con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:659 PR:37 LI:24 HC:75 CA:307 FE:11</p>	<p>11</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Acelgas rehogadas Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:698 PR:38 LI:19 HC:56 CA:114 FE:8</p>	<p>12</p> <p>Crema de verduras Filete de pollo a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:631 PR:27 LI:8 HC:39 CA:190 FE:6</p>	<p>13</p> <p>Sopa de cocido (pasta sin huevo) Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino) Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:614 PR:52 LI:12 HC:74 CA:179 FE:10</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 Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:667 PR:25 LI:22 HC:58 CA:54 FE:3</p>	<p>18</p> <p>Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino) Alcachofas con jamón Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:674 PR:39 LI:25 HC:76 CA:172 FE:7</p>	<p>19</p> <p>Puré de zanahoria Guisantes con jamón Lomo ibérico a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:655 PR:26 LI:13 HC:49 CA:106 FE:4</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 plancha con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:617 PR:26 LI:13 HC:26 CA:278 FE:8</p>
<p>24</p> <p>Pasta sin huevo Crema de espárragos Lacón a la gallega Fruta - Lácteo</p> <p>KC:779 PR:39 LI:44 HC:58 CA:130 FE:6</p>	<p>25</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pisto manchego Lomo ibérico a la plancha con ensalada Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:688 PR:38 LI:24 HC:56 CA:110 FE:8</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>Arroz abanda Sopa Juliana Tilapia al horno en salsa con ensalada Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:729 PR:26 LI:28 HC:46 CA:61 FE:2</p>	<p>28</p> <p>Crema hortelana Menestra de verduras Filete de merluza a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:652 PR:23 LI:7 HC:39 CA:205 FE:6</p>
<p>31</p> <p>Arroz con tomate Crema de calabacín Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:667 PR:25 LI:22 HC:58 CA:54 FE:3</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)