



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	
31		01	Bocadillo (media mañana) Judías blancas estofadas Acelgas rehogadas Ragout de pavo con ensalada Fruta (a elegir entre dos)	02	Bocadillo (media mañana) Puré de calabaza Judías verdes rehogadas Escalopines provenzal con ensalada Fruta - Lácteo	03	Bocadillo (media mañana) Fideuá Espinacas a la crema Albóndigas en salsa con ensalada Fruta (a elegir entre dos)	04	Bocadillo (media mañana) Potage vigilia Pisto manchego Merluza a la riojana con ensalada Fruta - Lácteo
KC:759 PR:37 LI:24 HC:75 CA:307 FE:11		KC:761 PR:47 LI:38 HC:60 CA:205 FE:8		KC:709 PR:31 LI:24 HC:45 CA:106 FE:5		KC:721 PR:54 LI:25 HC:70 CA:269 FE:18		KC:757 PR:36 LI:11 HC:65 CA:240 FE:8	
07	Bocadillo (media mañana) Espaguetis Amatriciana Crema de verduras Lomo asado con verduras y con ensalada Fruta - Lácteo	08	Bocadillo (media mañana) Lentejas burgalesa Menestra de verduras Tilapia a la menier con ensalada Fruta (a elegir entre dos)	09	Bocadillo (media mañana) Puré de zanahoria Guisantes con jamón Canelones gratinados Fruta - Lácteo	10	Bocadillo (media mañana) Arroz con tomate Crema hortelana Huevos fritos con patatas Fruta (a elegir entre dos)	11	VACACIONES
KC:759 PR:37 LI:24 HC:75 CA:307 FE:11		KC:777 PR:42 LI:32 HC:57 CA:134 FE:8		KC:824 PR:48 LI:28 HC:98 CA:601 FE:7		KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4			
14	VACACIONES	15	VACACIONES	16	VACACIONES	17	VACACIONES	18	VACACIONES
21	VACACIONES	22	Bocadillo (media mañana) Lentejas castellanas Crema de calabacín Tortilla francesa con ensalada Fruta (a elegir entre dos)	23	Bocadillo (media mañana) DÍA DE ARAGÓN Migas del pastor Pollo al chilndrón Fruta - Lácteo	24	Bocadillo (media mañana) Paella Sopa Juliana Limanda a la romana con ensalada Fruta (a elegir entre dos)	25	Bocadillo (media mañana) Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta - Lácteo
KC:779 PR:39 LI:44 HC:58 CA:130 FE:6		KC:755 PR:39 LI:42 HC:56 CA:158 FE:10		KC:790 PR:54 LI:42 HC:26 CA:107 FE:6		KC:738 PR:58 LI:27 HC:68 CA:238 FE:17		KC:770 PR:58 LI:26 HC:75 CA:184 FE:11	
28	Bocadillo (media mañana) Macarrones boloñesa Crema de puerros Lacón a la gallega Fruta - Lácteo	29	Bocadillo (media mañana) Judías blancas estofadas Pisto manchego Croquetas, empanadillas y jamón de York a la plancha Fruta (a elegir entre dos)	30	Bocadillo (media mañana) Patatas con magro Brócolis rehogados Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta - Lácteo	01		02	
KC:779 PR:39 LI:44 HC:58 CA:130 FE:6		KC:804 PR:40 LI:52 HC:84 CA:316 FE:9		KC:748 PR:34 LI:24 HC:51 CA:89 FE:6					