

		LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
COMIDA	1º	PAELLA (1)*	CODITOS CON BROCOLI*	PURE DE PUERRO Y ZANAHORIA (10)*	SOPA DE COCIDO*	ENSALADA DE ARROZ CON ATÚN (4 5 6)*
	2º	ABADEJO EN SALSAS (4 5 6)*	LIMANDA AL HORNO CON ENSALADA (6)*	ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA*	COCIDO (7 10)*	LOMO (DE SAJONIA) PLANCHA CON ENSALADA (1)*
CENA	1º	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA
	2º	HUEVOS	PESCADOS	PESCADOS	PESCADOS	CARNES MAGRAS
		9	10	11	12	13
COMIDA	1º	MACARRONES CON TOMATE SIN GLUTEN* (2)*	CREMA DE CALABAZA (10)*	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS (10)*	SOPA DE FIDEOS* (1)*	PATATAS MARINERAS (6 10)*
	2º	FILETE DE PAVO CON ENSALADA (1)*	CINTA DE LOMO PLANCHA CON ENSALADA (1)*	MERLUZA A LA RIOJANA (4 5 6)*	HAMBURGUESA DE TERNERA PLANCHA CON PISTO (1)*	FILETE DE POLLO CON ENSALADA (1)*
CENA	1º	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA
	2º	PESCADOS	HUEVOS	HUEVOS	PESCADOS	HUEVOS
		16	17	18	19	20
COMIDA	1º	JUDÍAS VERDES CON PATATAS (10)*	ARROZ BLANCO CON TOMATE (1)*	GARBANZOS GUIADOS* (10)*	ENSALADA DE PASTA CON ATÚN* (4 5 6)*	SOPA DE AVE CON LETRAS* (1)*
	2º	FILETE DE PAVO CON ENSALADA (1)*	TORTILLA DE JAMON CON ENSALADA (1)*	PAVO A LA RIOJANA (1)*	SOLOMILLOS DE POLLO A LA MADRILEÑA (10)*	RAGOUT DE TERNERA (1)*
CENA	1º	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA
	2º	PESCADOS	PESCADOS	PESCADOS	PESCADOS	HUEVOS
		23	24	25	26	27
COMIDA	1º	ARROZ BLANCO CON TOMATE (1)*	SOPA DE FIDEOS* (1)*	CREMA DE CALABACÍN (10)*	CODITOS PRIMAVERA* (1)*	JUDÍAS PINTAS ESTOFADAS CON CHORIZO (7 10)*
	2º	MERLUZA ROMANA CON ENSALADA* (4 5 6)*	ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA* (10)*	LOMO EN SALSAS CON PATATAS PANADERA (10)*	TORTILLA DE PATATA GUISADA (1 10)*	FILETE DE POLLO EN SALSAS CON CHAMPIÑONES (1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14)*
CENA	1º	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA
	2º	HUEVOS	PESCADOS	PESCADOS	PESCADOS	HUEVOS

VALORACION NUTRICIONAL		
Kcal	613	Lípidos g 15
Proteína g	27	AGS g 3
HC g	86	AGM g 7
HC Simp. g	23	AGP g 4
Sal g	1	

VALORACION NUTRICIONAL		
Kcal	518	Lípidos g 12
Proteína g	26	AGS g 3
HC g	72	AGM g 5
HC Simp. g	23	AGP g 2
Sal g	1	

VALORACION NUTRICIONAL		
Kcal	429	Lípidos g 10
Proteína g	22	AGS g 2
HC g	53	AGM g 5
HC Simp. g	22	AGP g 2
Sal g	1	

VALORACION NUTRICIONAL		
Kcal	482	Lípidos g 18
Proteína g	20	AGS g 5
HC g	55	AGM g 8
HC Simp. g	22	AGP g 4
Sal g	1	

*Postre (fruta de temporada triturada o yogur)

***ALERGENOS**

- (1) Huevos
- (2) Leche
- (3) Gluten
- (4) Moluscos
- (5) Crustáceos
- (6) Pescado
- (7) Apio
- (8) Mostaza
- (9) sésamo
- (10) Sulfitos
- (11) Soja
- (12) Frutos con cáscara
- (13) Cacahuets
- (14) Altramuces

