



| LUNES | | | | | MARTES | | | | | MIÉRCOLES | | | | | JUEVES | | | | | VIERNES | | | | |
|---|-------------|------|-------------|-----|--|-------------|-----|-------------|-----|---|-------------|-----|-------------|-----|--|-------------|-----|-------------|----|--|-------------|-----|-------------|-----|
| 1 | Kcal | 967 | HC | 134 | 2 | Kcal | 762 | HC | 105 | 3 | Kcal | 645 | HC | 76 | 4 | Kcal | 733 | HC | 92 | 5 | Kcal | 749 | HC | 123 |
| | Lip | 34 | Prot | 34 | | Lip | 27 | Prot | 42 | | Lip | 29 | Prot | 24 | | Lip | 20 | Prot | 49 | | Lip | 15 | Prot | 31 |
| Caracolillos italiana Croquetas de pollo con ensalada Fruta fresca | | | | | Garbanzos con calabaza local Medallón de bonito en salsa con ensalada Yogur | | | | | Crema de verduras locales con picatostes integrales Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca | | | | | Patatas a la riojana Bacalao en salsa marinera Fruta fresca | | | | | Lentejas con arroz integral Menestra de verduras Fruta fresca | | | | |
| Verdura - Pescado - Yogur | | | | | Sopa - Ave - Fruta | | | | | Pasta - Pescado - Lácteo | | | | | Crema - Huevo - Yogur | | | | | Sopa - Carne - Yogur | | | | |
| 8 | Kcal | 734 | HC | 94 | 9 | Kcal | 770 | HC | 111 | 10 | Kcal | 773 | HC | 89 | 11 | Kcal | 622 | HC | 79 | 12 | Kcal | 800 | HC | 96 |
| | Lip | 32 | Prot | 21 | | Lip | 20 | Prot | 40 | | Lip | 31 | Prot | 38 | | Lip | 18 | Prot | 38 | | Lip | 29 | Prot | 44 |
| Vainas con patatas Empanadillas de bonito con ensalada Fruta fresca | | | | | Macarrones con tomate Filete de ternera a la plancha a la jardinera Fruta fresca | | | | | Alubias rojas con verduras locales Tortilla francesa con jamon york y ensalada Fruta fresca | | | | | Crema de calabaza local Pechuga de pollo con patatas fritas Yogur bebible | | | | | Garbanzos estofados Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca | | | | |
| Sopa - Pescado - Yogur | | | | | Ensalada - Huevo - Yogur | | | | | Crema - Carne - Yogur | | | | | Pasta - Huevo - Fruta | | | | | Verdura - Carne - Yogur | | | | |
| 15 | Kcal | 762 | HC | 128 | 16 | Kcal | 763 | HC | 99 | 17 | Kcal | 705 | HC | 109 | 18 | Kcal | 717 | HC | 64 | 19 | Kcal | 750 | HC | 110 |
| | Lip | 21 | Prot | 21 | | Lip | 18 | Prot | 32 | | Lip | 15 | Prot | 33 | | Lip | 37 | Prot | 37 | | Lip | 20 | Prot | 36 |
| Paella vegetal Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca | | | | | Crema de puerros y espinacas con picatostes Filete ruso con champiñones Fruta fresca | | | | | Lentejas con verduras locales Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca | | | | | Sopa de ave con fideos Alitas de pollo con pimientos rojos Quesitos la vaca que rie | | | | | Macarrones integrales con tomate Merluza en salsa verde Fruta fresca | | | | |
| Verdura - Pescado - Yogur | | | | | Arroz - Pescado - Yogur | | | | | Crema - Ave - Yogur | | | | | Verdura - Huevo - Lácteo | | | | | Sopa - Carne - Yogur | | | | |
| 22 | Kcal | 1085 | HC | 101 | 23 | Kcal | 700 | HC | 68 | 24 | Kcal | 808 | HC | 94 | 25 | Kcal | 775 | HC | 70 | 26 | Kcal | 692 | HC | 113 |
| | Lip | 60 | Prot | 40 | | Lip | 21 | Prot | 57 | | Lip | 33 | Prot | 37 | | Lip | 44 | Prot | 27 | | Lip | 13 | Prot | 35 |
| Cuscus con verduras locales Chuleta de cerdo al horno con ensalada Fruta fresca | | | | | Menestra de verduras Muslo de pollo a la jardinera Yogur | | | | | Cocido de alubias blancas Huevos fritos con patatas fritas Fruta fresca | | | | | Crema de verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con salsa de tomate Fruta fresca | | | | | Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca | | | | |
| Crema - Huevo - Yogur | | | | | Arroz - Pescado - Fruta | | | | | Verdura - Ave - Yogur | | | | | Patata - Pescado - Yogur | | | | | Verdura - Carne - Yogur | | | | |