



LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES						
3	Kcal	767	HC	97	4	Kcal	727	HC	127	5	Kcal	912	HC	63	6	NO HAY MENU					7	NO HAY MENU				
Lip	16	Prot	60	Lip	19	Prot	30	Lip	57	Prot	39															
Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo con zanahoria y champiñón Helado					Arroz integral con tomate Medallón de bonito con ensalada Fruta de temporada					Brocoli con patatas Morcilla a la riojana Fruta de temporada																
Arroz - Pescado - Fruta					Crema - Carne - Yogur					Pasta - Pescado - Yogur																
10	NO HAY MENU				11	Kcal	805	HC	104	12	Kcal	666	HC	89	13	Kcal	689	HC	69	14	Kcal	797	HC	99		
					Lip	31	Prot	32	Lip	16	Prot	45	Lip	30	Prot	40	Lip	25	Prot	48						
					Macarrones italiana Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	Alubias rojas con verduras locales Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada					Crema de purrusalda Guiarra de cerdo al horno con pimientos rojos Quesitos la vaca que rie					Garbanzos con calabaza local Bacalao a la romana con ensalada Fruta de temporada										
					Crema - Ave - Yogur					Verdura - Huevo - Yogur					Patata - Pescado - Fruta					Sopa - Carne - Lácteo						
17	Kcal	759	HC	87	18	Kcal	784	HC	98	19	Kcal	835	HC	77	20	Kcal	739	HC	91	21	Kcal	758	HC	103		
Lip	15	Prot	70	Lip	31	Prot	32	Lip	44	Prot	33	Lip	26	Prot	38	Lip	33	Prot	21							
Lentejas con verduras locales Muslo de pollo a la jardinera Fruta de temporada					Caracolillos con tomate Tortilla francesa de chorizo con ensalada Fruta de temporada					Sopa de ave con fideos integrales Hamburguesa con patatas fritas Fruta de temporada					Patatas a la riojana Merluza en salsa verde Fruta de temporada					Crema de verduras locales con picatostes Empanadillas de bonito con ensalada Yogur bebible						
Ensalada - Pescado - Yogur					Crema - Ave - Lácteo					Verdura - Pescado - Yogur					Crema - Carne - Yogur					Patata - Huevo - Fruta						
24	Kcal	808	HC	63	25	Kcal	783	HC	106	26	Kcal	878	HC	114	27	Kcal	712	HC	107	28	Kcal	697	HC	76		
Lip	47	Prot	26	Lip	26	Prot	36	Lip	23	Prot	59	Lip	14	Prot	42	Lip	25	Prot	46							
Menestra de verduras Salchichas frescas de ave con ensalada Fruta de temporada					Lentejas estofadas Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada					Paella de carne Muslo de pollo con judías verdes Fruta de temporada					Alubias blancas con verduras locales Merluza meniere Fruta de temporada					Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur						
Sopa - Pescado - Lácteo					Ensalada - Carne - Yogur					Verdura - Huevo - Yogur					Crema - Pescado - Yogur					Arroz - Huevo - Fruta						