



LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES			
3	Kcal 767 Lip 16 HC 97 Prot 60	4	Kcal 727 Lip 19 HC 127 Prot 30	5	Kcal 912 Lip 57 HC 63 Prot 39	6	NO HAY MENU		7	NO HAY MENU	
Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo con zanahoria y champiñón Helado		Arroz integral con tomate Medallon 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 Lip 31 HC 104 Prot 32	12	Kcal 666 Lip 16 HC 89 Prot 45	13	Kcal 689 Lip 30 HC 69 Prot 40	14	Kcal 797 Lip 25 HC 99 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 Lip 15 HC 87 Prot 70	18	Kcal 784 Lip 31 HC 98 Prot 32	19	Kcal 835 Lip 44 HC 77 Prot 33	20	Kcal 739 Lip 26 HC 91 Prot 38	21	Kcal 758 Lip 33 HC 103 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 Lip 47 HC 63 Prot 26	25	Kcal 783 Lip 26 HC 106 Prot 36	26	Kcal 878 Lip 23 HC 114 Prot 59	27	Kcal 712 Lip 14 HC 107 Prot 42	28	Kcal 697 Lip 25 HC 76 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 judias 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			