



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
			<b>1</b> Kcal 724 HC 99 Lip 20 Prot 39	<b>2</b> Kcal 844 HC 106 Lip 32 Prot 37
			Alubias blancas con verduras locales Merluza en salsa marinera Fruta de temporada	Espirales con tomate Tortilla francesa de champiñones con ensalada Fruta de temporada
<b>5</b> Kcal 637 HC 61 Lip 30 Prot 24	<b>6</b> Kcal 866 HC 122 Lip 19 Prot 27	<b>7</b> Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46	<b>8</b> Kcal 787 HC 93 Lip 33 Prot 34	<b>9</b> Kcal 631 HC 86 Lip 19 Prot 33
Menestra de verduras Tortilla francesa de champiñones con ensalada Fruta de temporada	Paella vegetal Medallon de bonito en salsa con ensalada Fruta de temporada	Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	Garbanzos con verduras locales Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	Purrusalda Merluza a la romana con pimientos rojos Fruta de temporada
<b>12</b> Kcal 662 HC 68 Lip 31 Prot 29	<b>13</b> Kcal 674 HC 98 Lip 17 Prot 37	<b>14</b> Kcal 759 HC 109 Lip 24 Prot 32	<b>15</b> Kcal 679 HC 81 Lip 27 Prot 32	<b>16</b> Kcal 788 HC 152 Lip 8 Prot 32
Sopa de ave con fideos integrales Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	Macarrones con tomate Bacalao con mahonesa Fruta de temporada	Alubias blancas con verduras locales Tortilla de patata con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabaza local con picatostes integrales Alitas de pollo con ensalada Helado	Lentejas con verduras locales Paella vegetal Fruta de temporada
<b>19</b> Kcal 610 HC 75 Lip 21 Prot 25	<b>20</b> Kcal 929 HC 118 Lip 37 Prot 34	<b>21</b> Kcal 728 HC 96 Lip 17 Prot 50	<b>22</b> Kcal 704 HC 96 Lip 31 Prot 18	<b>23</b> Kcal 715 HC 120 Lip 15 Prot 34
Vainas con patatas Merluza a la plancha con verduritas Fruta de temporada	Caracolillos con tomate Tortilla francesa de atun con ensalada Postre especial	Alubias rojas con verduras Pechuga de pollo con patatas fritas Fruta de temporada	Crema de verduras locales Empanadillas de atun con ensalada Fruta de temporada	Arroz integral con tomate Merluza meniere Quesitos la vaca que rie
<b>26</b> Kcal 827 HC 99 Lip 32 Prot 41	<b>27</b> Kcal 579 HC 77 Lip 16 Prot 35	<b>28</b> Kcal 735 HC 106 Lip 21 Prot 35	<b>29</b> Kcal 708 HC 53 Lip 28 Prot 62	<b>30</b> Kcal 734 HC 96 Lip 17 Prot 53
Lentejas con arroz integral Huevos fritos con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabaza local con picatostes integrales Bacalao con pimientos rojos Yogur	Macarrones con tomate Merluza a la romana con ensalada Fruta de temporada	Ensalada campera Muslo de pollo con zanahoria y champiñon Fruta de temporada	Garbanzos con verduras locales Pavo guisado a la jardinera Fruta de temporada