


















abril 2024

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2 Kcal 721 HC 95 Lip 17 Prot 47	3 Kcal 718 HC 124 Lip 14 Prot 28	4 Kcal 654 HC 78 Lip 21 Prot 42	5 Kcal 772 HC 77 Lip 35 Prot 40
NO HAY MENU	 Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada	Arroz con tomate Abadejo a la riojana Fruta de temporada	 Crema de calabaza local Pavo guisado con patatas fritas Yogur	 Marmitako Tortilla francesa de chorizo con ensalada Fruta de temporada
	Arroz - Pescado - Yogur	Crema - Carne - Yogur	Arroz - Pescado - Fruta	Verdura - Ave - Lácteo
8 Kcal 805 HC 104 Lip 31 Prot 32	9 Kcal 912 HC 63 Lip 57 Prot 39	10 Kcal 666 HC 89 Lip 16 Prot 45	11 Kcal 664 HC 68 Lip 28 Prot 40	12 Kcal 780 HC 99 Lip 26 Prot 41
 Macarrones italiana Huevos fritos con patatas fritas Fruta de temporada	Brocoli con patatas Morcilla a la riojana 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 zanahoria y champiñon Quesitos la vaca que rie	 Garbanzos con calabaza local Abadejo a la romana con ensalada Fruta de temporada
Crema - Ave - Yogur	Pasta - Pescado - Yogur	Verdura - Huevo - Yogur	Patata - Pescado - Fruta	Sopa - Carne - Lácteo
15 Kcal 657 HC 80 Lip 15 Prot 51	16 Kcal 794 HC 98 Lip 32 Prot 34	17 Kcal 727 HC 80 Lip 30 Prot 38	18 Kcal 835 HC 77 Lip 44 Prot 33	19 Kcal 757 HC 99 Lip 32 Prot 21
Lentejas con verduras locales Pechuga de pollo a la jardinera Fruta de temporada	Caracolillos con tomate Tortilla francesa de atun con ensalada Fruta de temporada	 Patatas a la riojana Salmon en salsa verde Fruta de temporada	 Sopa de ave con fideos integrales Hamburguesa de vacuno y cerdo con patatas fritas Fruta de temporada	 Crema de calabaza local Croquetas de jamon con ensalada Yogur bebible
Ensalada - Pescado - Yogur	Crema - Ave - Lácteo	Crema - Carne - Yogur	Verdura - Pescado - Yogur	Patata - Huevo - Fruta
22 Kcal 818 HC 65 Lip 49 Prot 29	23 Kcal 783 HC 106 Lip 26 Prot 36	24 Kcal 878 HC 114 Lip 23 Prot 59	25 Kcal 765 HC 100 Lip 22 Prot 45	26 Kcal 697 HC 76 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 integral de carne Muslo de pollo con judias verdes Fruta de temporada	 Alubias blancas con verduras locales Bacalao a la romana con pimientos rojos 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
29 Kcal 714 HC 78 Lip 35 Prot 25	30 Kcal 939 HC 103 Lip 45 Prot 35			
 Crema de puerros y espinacas Huevos fritos con patatas fritas Helado	Cuscus con verduras locales Salmon meniere Fruta de temporada			
Sopa - Ave - Fruta	Verdura - Ave - Yogur			