

02

*SOPA DE FIDEOS
*TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
*ENSALADA (lechuga y zanahoria fresca)
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:658.83 Prot:20.95 Lip:26.55 HC: 82.37

03

*CREMA DE ZANAHORIAS ECOLOGICA
*ALBONDIGAS DE TERNERA Y CERDO EN
SALSA ESPAÑOLA CON ARROZ PILAF
ECOLOGICO
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:692.44 Prot:16.66 Lip:24.95 HC:94.74

04

*ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
*TORTILLA FRANCESA
*ENSALADA (lechuga y tomate)
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:630.34 Prot:21.92 Lip:20.53 HC:82.86

05

*MACARRONES CON SALSA DE TOMATE
ECOLOGICOS
*FILETE DE ABADEJO AL HORNO CON
GUISANTES SALTEADOS
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:649.14 Prot:26.46 Lip:20.39 HC:83.72

06

*ENSALADA VARIADA COM ATUN (lechuga,
tomate, maíz, zanahoria y atun en aceite)
*LENTEJAS CASERAS ECOLOGICAS
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*YOGUR
Kcal:608.49 Prot:23.12 Lip:20.23 HC:83.59

09

*ARROZ CON SALSA DE TOMATE ECOLOGICO
*TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN
*ENSALADA (lechuga, zanahoria fresca y col
lombarda)
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:696.15 Prot:15.58 Lip:22.44 HC:102.22

10

*ENSALADA MIXTA (lechuga, tomate, maíz,
zanahoria y aceitunas)
*POTAJE DE GARBANZOS
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
*YOGUR
Kcal:624.82 Prot:21.04 Lip:20.92 HC:80.69

11

*CODITOS CON SALSA DE TOMATE
ECOLOGICOS
*PALOMETA EN SALSA DE ZANAHORIAS CON
MENESTRA DE VERDURAS
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 691.16 Prot:26.79 Lip:25.43 HC:82.94

12

*LENTEJAS CASTELLANAS ECOLOGICAS
*HUEVOS DUROS CON GUISANTES Y
PIMIENTOS CON ZANAHORIA BABY
SALTEADA
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:610.09 Prot:23.20 Lip:20.69 HC:80.66

13

*SALMOREJO ECOLOGICO
*SALCHICHAS FRESCAS DE AVE AL HORNO
*ENSALADA (lechuga, tomate y maíz)
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:674.39 Prot:19.96 Lip:27.26 HC:83.67

16

*ESPAGUETTI CON SALSA DE TOMATE
ECOLOGICO
*TORTILLA FRANCESA CON VERDURAS
SALTEADAS
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*YOGUR
Kcal:637.04 Prot:25.44 Lip:20.68 HC:85.07

17

*ENSALADA VARIADA CON ATUN (lechuga,
tomate, maíz, zanahoria y atun en aceite)
*ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:632.02 Prot:23.93 Lip:19.57 HC:82.78

18

*CREMA PARMENTIER AL HORNO
*HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO
*ENSALADA (lechuga, tomate y cebolla)
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:663.41 Prot:21.89 Lip:24.22 HC:82.78

19

*SOPA DE PUCHERO ECOLOGICA
*MERLUZA EN SALSA DE PIMIENTOS CON
PISTO
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 622.32 Prot:21.22 Lip:20.42 HC:84.64

20

*LENTEJAS CON ZANAHORIA ECOLOGICAS
*TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
*ENSALADA (lechuga y zanahoria fresca)
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 709.06 Prot: 19.95 Lip:26.01 HC:98.68

23

*MACARRONES CON SALSA DE TOMATE
ECOLOGICOS
*PALOMETA EN SALSA DE PUERROS CON
ZANAHORIA BABY SALTEADA
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:620.05 Prot:26.14 Lip:15.59 HC:86.72

24

*ENSALADA VARIADA CON QUESO FRESCO
(lechuga, tomate, maíz, zanahoria y queso
fresco)
*LENTEJAS ESTOFADAS ECOLOGICAS
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
*ZUMO NATURAL DE NARANJA Y
CLEMENTINA ECOLOGICO
Kcal:652.30 Prot:20.62 Lip:25.82 HC:82.84

25

*CAZUELA DE ARROZ CON POLLO
*HUEVO COCIDO CON SALSA DE TOMATE
*ENSALADA (lechuga y tomate)
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:687.76 Prot:23.35 Lip:25.29 HC:89.68

26

*GAZPACHO ECOLOGICO
*CINTA DE LOMO FRESCA A LA JARDINERA
CON PATATA PANADERA ECOLOGICA
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:680.73 Prot:24.67 Lip:24.96 HC:85.55

27

*GARBANZOS GUIADOS
*TORTILLA DE PATATA Y ATUN
*ENSALADA (lechuga, zanahoria fresca y col
lombarda)
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal:683.53 Prot:20.14 Lip:24.29 HC:90.60

30

*DIA NO LECTIVO