

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 KCal. 734 H.C. 81 Lip. 33 P. 32	5 KCal. 833 H.C. 157 Lip. 14 P. 29	6 KCal. 626 H.C. 91 Lip. 21 P. 20	7 KCal. 706 H.C. 66 Lip. 38 P. 29	8 KCal. 847 H.C. 112 Lip. 25 P. 50
PURE DE CALABACIN	ALUBIAS BLANCAS	SOPA DE AVE Y COCIDO CON FIDEO ECOLOGICO	PORRUSALDA EN PURE	GARBANZOS CON CALABAZA Y BERENJENA
FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSAS CON VERDURITAS	PAELLA VEGETAL ECOLOGICA	TORTILLA DE PATATAS • TOMATE FRESCO	MERLUZA FRESCA A LA ROMANA • LECHUGA	ESCALOPE DE POLLO CON SALSAS AGRIDULCE Y VERDURITAS
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN
11 KCal. 928 H.C. 131 Lip. 31 P. 40	12 KCal. 736 H.C. 93 Lip. 20 P. 50	13 KCal. 699 H.C. 82 Lip. 28 P. 34	14 KCal. 843 H.C. 120 Lip. 34 P. 23	15 KCal. 751 H.C. 81 Lip. 35 P. 30
MACARRONES CON TOMATE	LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA	PURE DE ZANAHORIA	PATATAS GUIADAS CON TERNERA	MENESTRA DE VERDURAS
LOMO A LA RIOJANA	GUISADO DE TERNERA CON SALTEADO DE VERDURAS	ATUN AL AJOARRIERO	CROQUETAS • LECHUGA	ALBONDIGAS EN SALSAS CON GUIANTES
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
18 KCal. 778 H.C. 82 Lip. 35 P. 40	19 KCal. 772 H.C. 128 Lip. 20 P. 27	20 KCal. 792 H.C. 90 Lip. 37 P. 31	21 KCal. 780 H.C. 81 Lip. 38 P. 33	22 KCal. 839 H.C. 113 Lip. 26 P. 46
JUDIAS VERDES CON PATATAS	ARROZ CON TOMATE	GARBANZOS CON VERDURA ECOLOGICA	PURE DE CALABAZA	ALUBIAS PINTAS
PECHUGA DE POLLO EMPANADA EN SALSAS DE CHAMPIÑON	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • LIMON	TORTILLA DE PATATAS Y CHAMPIÑONES AL HORNO • LECHUGA	FILETE DE PERNIL EMPANADO CON PIMIENTOS ROJOS	BACALAO A LA RIOJANA
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
25 KCal. 782 H.C. 114 Lip. 24 P. 33	26 KCal. 732 H.C. 104 Lip. 26 P. 25	27 KCal. 808 H.C. 112 Lip. 35 P. 17	28 KCal. 632 H.C. 73 Lip. 18 P. 48	29 KCal. 727 H.C. 84 Lip. 32 P. 32
ESPIRALES CON TOMATE	LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA	PURE DE VERDURAS ECOLOGICO	SOPA DE AVE Y COCIDO CON FIDEO ECOLOGICO	PATATAS A LA RIOJANA
MUSLO DE POLLO ASADO • LECHUGA	TORTILLA DE PATATAS • TOMATE FRESCO	EMPANADILLAS DE ATUN • LECHUGA	GUISADO DE TERNERA CON SALTEADO DE VERDURAS	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • MAHONESA
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN