

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 KCal. 734 H.C. 81 Lip. 33 P. 32	4 KCal. 860 H.C. 158 Lip. 17 P. 28	5 KCal. 694 H.C. 88 Lip. 30 P. 24	6 KCal. 717 H.C. 66 Lip. 39 P. 29	7 KCal. 664 H.C. 92 Lip. 18 P. 40
PURE DE CALABACIN	GARBANZOS	SOPA DE AVE Y COCIDO CON FIDEO ECOLOGICO	PORRUSALDA EN PURE	ALUBIAS PINTAS
FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA CON VERDURITAS	PAELLA VEGETAL ECOLOGICA	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO	MEDALLON DE MERLUZA A LA ROMANA • LECHUGA	MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN
10 KCal. 948 H.C. 128 Lip. 40 P. 28	11 KCal. 789 H.C. 102 Lip. 25 P. 45	12 KCal. 667 H.C. 64 Lip. 35 P. 27	13 KCal. 857 H.C. 122 Lip. 34 P. 22	14 KCal. 751 H.C. 81 Lip. 35 P. 30
MACARRONES CON TOMATE	LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA	PURE DE ZANAHORIA	PATATAS GUISADAS CON TERNERA	MENESTRA DE VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS Y BACALAO AL HORNO • LECHUGA	LOMO A LA RIOJANA	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • MAHONESA	EMPANADILLAS DE ATUN • LECHUGA	ALBONDIGAS EN SALSA CON GUISANTES
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
17 KCal. 733 H.C. 87 Lip. 26 P. 44	18 KCal. 869 H.C. 129 Lip. 30 P. 28	19 KCal. 858 H.C. 110 Lip. 36 P. 29	20 KCal. 828 H.C. 82 Lip. 43 P. 33	21 KCal. 834 H.C. 112 Lip. 25 P. 46
SOPA DE AVE Y COCIDO CON FIDEO ECOLOGICO	ARROZ CON TOMATE	GARBANZOS CON VERDURA ECOLOGICA	PURE DE CALABAZA	ALUBIAS BLANCAS
PECHUGA DE POLLO EMPANADA EN SALSA DE CHAMPIÑON	FILETE MERLUZA AL HORNO ESTILO ORIO	CROQUETAS • LECHUGA	FILETE DE PERNIL EMPANADO • TOMATE FRESCO	BACALAO A LA RIOJANA
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
24 KCal. 782 H.C. 114 Lip. 24 P. 33	25 KCal. 795 H.C. 95 Lip. 35 P. 31	26 KCal. 685 H.C. 94 Lip. 22 P. 32	27 KCal. 632 H.C. 73 Lip. 18 P. 48	28 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 ESTRELLAS	PATATAS A LA RIOJANA
MUSLO DE POLLO ASADO • LECHUGA	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO	ATUN AL AJOARRIERO	GUISADO DE TERNERA CON SALTEADO DE VERDURAS	MEDALLON DE MERLUZA AL HORNO • MAHONESA
FRUTA PAN INTEGRAL	ACTIMEL PAN	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN