

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

5 KCal. 713 H.C. 78 Lip. 34 P. 28

6 KCal. 860 H.C. 158 Lip. 17 P. 28

7 KCal. 626 H.C. 91 Lip. 21 P. 20

8 KCal. 763 H.C. 81 Lip. 33 P. 40

9 KCal. 572 H.C. 71 Lip. 22 P. 27

JUDIAS VERDES CON PATATAS

GARBANZOS

SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS

LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA

PORRUSALDA EN PURE

HAMBURGUESAS EN SALSA CON VERDURITAS

PAELLA VEGETAL ECOLOGICA

TORTILLA DE PATATAS AL HORNO
• TOMATE FRESCO

MERLUZA FRESCA A LA ROMANA
• LECHUGA

MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES

FRUTA
PAN INTEGRAL

FRUTA
PAN

FRUTA
PAN

YOGUR
PAN

FRUTA
PAN

12 KCal. 948 H.C. 128 Lip. 40 P. 28

13 KCal. 753 H.C. 94 Lip. 22 P. 51

14 KCal. 738 H.C. 62 Lip. 43 P. 30

15 KCal. 857 H.C. 122 Lip. 34 P. 22

16 KCal. 762 H.C. 87 Lip. 35 P. 30

MACARRONES CON TOMATE

LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA

ACELGAS CON PATATAS EN PURE

PATATAS GUIADAS CON TERNERA

PURE DE VERDURAS

TORTILLA DE PATATAS Y BACALAO AL HORNO
• LECHUGA

RAGOUT DE LOMO CON VERDURITAS
• LECHUGA

MEDALLON DE MERLUZA A LA ROMANA
• MAHONESA

EMPAÑADILLAS DE ATUN
• LECHUGA

ALBONDIGAS EN SALSA CON GUISENTES

FRUTA
PAN INTEGRAL

FRUTA
PAN

YOGUR
PAN

FRUTA
PAN

FRUTA
PAN

19 KCal. 733 H.C. 87 Lip. 26 P. 44

20 KCal. 772 H.C. 128 Lip. 20 P. 27

21 KCal. 860 H.C. 98 Lip. 40 P. 35

22 KCal. 1243 H.C. 129 Lip. 71 P. 30

23 KCal. 834 H.C. 112 Lip. 25 P. 46

SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS

ARROZ CON TOMATE

GARBANZOS

MACARRONES CON TOMATE

ALUBIAS BLANCAS

PECHUGA DE POLLO EMPANADA EN SALSA DE CHAMPIÑON

FILETE DE MERLUZA AL HORNO
• LIMON

TORTILLA DE PATATAS Y CHAMPIÑONES AL HORNO
• LECHUGA

DELICIAS DE AVE
• MAHONESA

BACALAO A LA RIOJANA

FRUTA
PAN INTEGRAL

FRUTA
PAN

YOGUR
PAN

PASTELITO DE CHOCOLATE
PAN

FRUTA
PAN

26 KCal. 778 H.C. 118 Lip. 22 P. 33

27 KCal. 732 H.C. 104 Lip. 26 P. 25

28 KCal. 819 H.C. 108 Lip. 38 P. 17

29 KCal. 629 H.C. 81 Lip. 16 P. 45

30 KCal. 643 H.C. 85 Lip. 22 P. 32

ARROZ CON TOMATE

LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA

PURE DE VERDURAS

SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS

PATATAS A LA RIOJANA

MUSLO DE POLLO ASADO
• LECHUGA

TORTILLA DE PATATAS AL HORNO
• TOMATE FRESCO

CROQUETAS
• LECHUGA

GUISADO DE TERNERA CON SALTEADO DE VERDURAS

FILETE DE MERLUZA AL HORNO
• LIMON

YOGUR
PAN INTEGRAL

FRUTA
PAN

FRUTA
PAN

FRUTA
PAN

FRUTA
PAN