

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		1 KCal. 860 H.C. 158 Lip. 17 P. 28	2 KCal. 626 H.C. 91 Lip. 21 P. 20	3 KCal. 720 H.C. 67 Lip. 39 P. 29
		GARBANZOS	SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS	PORRUSALDA EN PURE
		PAELLA VEGETAL ECOLOGICA	TORTILLA DE PATATAS • TOMATE FRESCO	MEDALLON DE MERLUZA A LA ROMANA • TOMATE FRESCO
		FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR PAN
6 KCal. 664 H.C. 92 Lip. 18 P. 40	7 KCal. 948 H.C. 128 Lip. 40 P. 28	8 KCal. 758 H.C. 98 Lip. 23 P. 44	9 KCal. 667 H.C. 64 Lip. 35 P. 27	10 KCal. 857 H.C. 122 Lip. 34 P. 22
ALUBIAS PINTAS	ESPIRALES CON TOMATE	LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA	PURE DE ZANAHORIA	PATATAS GUISADAS CON TERNERA
MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES	TORTILLA DE PATATAS Y BACALAO AL HORNO • LECHUGA	LOMO ADOBADO EMPANADO CON PIMIENTOS ROJOS	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • MAHONESA	EMPANADILLAS DE ATUN • LECHUGA
FRUTA PAN	FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN
13 KCal. 584 H.C. 78 Lip. 15 P. 38	14 KCal. 733 H.C. 87 Lip. 26 P. 44	15 KCal. 825 H.C. 128 Lip. 26 P. 28	16 KCal. 776 H.C. 87 Lip. 36 P. 30	17 KCal. 708 H.C. 79 Lip. 34 P. 27
MENESTRA DE VERDURAS EN PURE ECOLOGICO	SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS	ARROZ CON TOMATE	GARBANZOS CON VERDURA ECOLOGICA	PURE DE CALABAZA
GUISADO DE PAVO CON ZANAHORIAS	PECHUGA DE POLLO EMPANADA EN SALSA DE CHAMPIÑON	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • LECHUGA	TORTILLA DE PATATAS Y CHAMPIÑONES AL HORNO • TOMATE FRESCO	HAMBURGUESAS EN SALSA CON VERDURITAS
FRUTA PAN	FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN
20 KCal. 834 H.C. 112 Lip. 25 P. 46	21 KCal. 782 H.C. 114 Lip. 24 P. 33	22 KCal. 732 H.C. 104 Lip. 26 P. 25	23 KCal. 713 H.C. 93 Lip. 26 P. 31	24 KCal. 850 H.C. 115 Lip. 29 P. 34
ALUBIAS BLANCAS	MACARRONES CON TOMATE	LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA	PURE DE CALABACIN	ALUBIAS PINTAS
BACALAO A LA RIOJANA	MUSLO DE POLLO ASADO • LECHUGA	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO	ATUN AL AJOARRIERO	SAN JACOBO • KETCHUP
FRUTA PAN	FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR PAN
27 KCal. 713 H.C. 88 Lip. 28 P. 33	28 KCal. 879 H.C. 91 Lip. 48 P. 26	29 KCal. 833 H.C. 157 Lip. 14 P. 29	30 KCal. 688 H.C. 96 Lip. 21 P. 35	31 KCal. 795 H.C. 102 Lip. 31 P. 30
PATATAS A LA RIOJANA	PURE DE ZANAHORIA	ALUBIAS BLANCAS	JUDIAS VERDES CON PATATAS EN PURE	GARBANZOS CON CALABAZA Y BERENJENA
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA • LIMON	ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS	PAELLA VEGETAL ECOLOGICA	ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO
FRUTA PAN	FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR PAN