

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 KCal. 948 H.C. 128 Lip. 40 P. 28	3 KCal. 758 H.C. 98 Lip. 23 P. 44	4 KCal. 667 H.C. 64 Lip. 35 P. 27	5 KCal. 936 H.C. 134 Lip. 37 P. 23	6 KCal. 719 H.C. 78 Lip. 34 P. 28
ESPIRALES 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 ADOBADO EMPANADO CON PIMIENTOS ROJOS	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • MAHONESA	EMPAÑADILLAS DE ATUN • PATATAS CHIPS	HAMBURGUESAS EN SALSA CON ZANAHORIA
FRUTA	FRUTA	YOGUR	FRUTA	FRUTA
PAN INTEGRAL	PAN	PAN	PAN	PAN
9 KCal. 733 H.C. 87 Lip. 26 P. 44	10 KCal. 843 H.C. 128 Lip. 25 P. 34	11 KCal. 706 H.C. 90 Lip. 28 P. 26	12 KCal. 743 H.C. 100 Lip. 31 P. 18	13 KCal. 834 H.C. 112 Lip. 25 P. 46
SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS	ARROZ CON TOMATE	GARbanZOS CON VERDURA ECOLOGICA	PURE DE CALABAZA	ALUBIAS BLANCAS
PECHUGA DE POLLO EMPANADA EN SALSA DE CHAMPIÑON	ABADEJO AL HORNO • LECHUGA	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO	SAN JACOB • KETCHUP	BACALAO A LA RIOJANA
FRUTA	FRUTA	YOGUR	FRUTA	FRUTA
PAN INTEGRAL	PAN	PAN	PAN	PAN
		18 KCal. 708 H.C. 92 Lip. 26 P. 31	19 KCal. 525 H.C. 65 Lip. 15 P. 36	20 KCal. 713 H.C. 88 Lip. 28 P. 33
		PURE DE VERDURAS	SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS	PATATAS A LA RIOJANA
		ATUN AL AJOARRIERO	MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES	MERLUZA FRESCA A LA ROMANA • LIMON
		FRUTA	YOGUR	FRUTA
		PAN	PAN	PAN
23 KCal. 879 H.C. 91 Lip. 48 P. 26	24 KCal. 865 H.C. 158 Lip. 17 P. 29	25 KCal. 614 H.C. 77 Lip. 19 P. 38	26 KCal. 795 H.C. 102 Lip. 31 P. 30	27 KCal. 568 H.C. 57 Lip. 26 P. 31
PURE DE ZANAHORIA	ALUBIAS BLANCAS	JUDIAS VERDES CON PATATAS	GARbanZOS CON CALABAZA Y BERENJENA	SOPA DE ARROZ
ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS	PAELLA VEGETAL	GUIASADO DE PAVO CON VERDURITAS	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO	ABADEJO A LA ROMANA • LECHUGA
FRUTA	FRUTA	FRUTA	YOGUR	FRUTA
PAN INTEGRAL	PAN	PAN	PAN	PAN