

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 KCal. 880 H.C. 103 Lip. 34 P. 46	5 KCal. 745 H.C. 75 Lip. 40 P. 31	6 KCal. 821 H.C. 150 Lip. 15 P. 32	7 KCal. 624 H.C. 90 Lip. 22 P. 20	8 KCal. 824 H.C. 81 Lip. 36 P. 47
ALUBIAS BLANCAS	JUDIAS VERDES CON PATATAS EN PURE	GARBANZOS	SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS	LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA
FILETE DE PERNIL EMPANADO CON PIMIENTOS ROJOS	ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSAS CON VERDURITAS	ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO	FILETE DE BACALADILLA A LA ROMANA • LECHUGA
FRUTA PAN	FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FRUTA PAN INTEGRAL	YOGUR PAN
11 KCal. 572 H.C. 71 Lip. 22 P. 27	12 KCal. 951 H.C. 127 Lip. 40 P. 30	13 KCal. 766 H.C. 115 Lip. 16 P. 46	14 KCal. 673 H.C. 58 Lip. 35 P. 34	15 KCal. 859 H.C. 122 Lip. 34 P. 22
PORRUSALDA EN PURE	ESPIRALES INTEGRALES CON TOMATE	ALUBIAS PINTAS	ACELGAS CON PATATAS EN PURE	PATATAS GUISADAS CON TERNERA
MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES	TORTILLA DE PATATAS Y BACALAO AL HORNO • LECHUGA	ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ	ABADEJO AL HORNO • MAHONESA	EMPANADILLAS DE ATUN • ENSALADA CUATRO ESTACIONES
FRUTA PAN	FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN INTEGRAL	FRUTA PAN
18 KCal. 671 H.C. 116 Lip. 14 P. 27	19 KCal. 733 H.C. 87 Lip. 26 P. 44	20 KCal. 828 H.C. 128 Lip. 26 P. 28	21 KCal. 702 H.C. 88 Lip. 28 P. 26	22 KCal. 719 H.C. 127 Lip. 17 P. 22
PURE DE VERDURAS ECOLOGICO	SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS	ARROZ CON TOMATE	GARBANZOS CON VERDURA ECOLOGICA	PURE DE CALABAZA
LENTEJAS	PECHUGA DE POLLO EMPANADA EN SALSAS DE CHAMPIÑON	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • TOMATE FRESCO	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • LECHUGA	ENSALADA DE PASTA INTEGRAL
FRUTA PAN	FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN INTEGRAL	FRUTA PAN
25 KCal. 834 H.C. 112 Lip. 25 P. 46	26 KCal. 981 H.C. 134 Lip. 34 P. 43	27 KCal. 732 H.C. 104 Lip. 26 P. 25	28 KCal. 729 H.C. 95 Lip. 27 P. 31	29 KCal. 576 H.C. 91 Lip. 11 P. 31
ALUBIAS BLANCAS	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE	LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA	PURE DE VERDURAS	SOPA MINISTRONE
BACALAO A LA RIOJANA	LOMO ADOBADO EMPANADO CON PIMIENTOS ROJOS	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO	ATUN AL AJOARRIERO	ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ
FRUTA PAN	PASTELITO DE CHOCOLATE PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN