



Lunes / Monday

Martes / Tuesday

Miércoles / Wednesday

Jueves / Thursday

Viernes / Friday

Lentejas guisadas  
ADO: GLUTEN  
Tortilla española con ensalada  
ADO: HUEVO  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 3</b>	KCAL 694	Proteínas (g) 28	Lípidos (g) 24	Hidratos (g) 92
---------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Crema de zanahorias  
ADO: APIO  
Cinta de lomo con ensalada  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 4</b>	KCAL 674	Proteínas (g) 19	Lípidos (g) 35	Hidratos (g) 71
---------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Macarrones con tomate  
ADO: HUEVO, GLUTEN  
Filete de pollo con lechuga y tomate  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 5</b>	KCAL 594	Proteínas (g) 27	Lípidos (g) 15	Hidratos (g) 87
---------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Sopa de fideos  
ADO: GLUTEN, HUEVO  
Albondigas en salsa con patatas  
ADO: APIO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS  
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 6</b>	KCAL 550	Proteínas (g) 25	Lípidos (g) 21	Hidratos (g) 64
---------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Judías pintas guisadas con verduras  
ADO: GLUTEN  
Merluza en salsa verde con patatas dado  
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 7</b>	KCAL 783	Proteínas (g) 30	Lípidos (g) 26	Hidratos (g) 107
---------------	-------------	---------------------	-------------------	---------------------

Arroz a la napolitana  
Filete de merluza a la plancha con ensalada  
ADO: PESCADO  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 10</b>	KCAL 510	Proteínas (g) 20	Lípidos (g) 16	Hidratos (g) 72
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Crema de calabaza  
Estofado de ternera con patatas  
ADO: APIO  
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 11</b>	KCAL 710	Proteínas (g) 29	Lípidos (g) 35	Hidratos (g) 69
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

**FESTIVO**

<b>DIAS 12</b>				
----------------	--	--	--	--

Espaguetis con tomate  
ADO: GLUTEN, HUEVO  
Filete de platija a la romana con ensalada  
ADO: PESCADO, HUEVO, GLUTEN  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 13</b>	KCAL 661	Proteínas (g) 27	Lípidos (g) 19	Hidratos (g) 95
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Sopa de cocido  
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA  
Cocido completo (sin morcilla)  
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA  
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 14</b>	KCAL 598	Proteínas (g) 22	Lípidos (g) 16	Hidratos (g) 93
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Brocoli con mayonesa  
ADO: HUEVO  
Ragout de pavo con patatas  
ADO: APIO  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 17</b>	KCAL 587	Proteínas (g) 31	Lípidos (g) 30	Hidratos (g) 48
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Lentejas con zanahorias  
ADO: GLUTEN  
Tortilla española con lechuga y tomate  
ADO: HUEVO  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 18</b>	KCAL 761	Proteínas (g) 31	Lípidos (g) 28	Hidratos (g) 97
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Puré de verduras  
ADO: APIO  
Bonito con tomate  
ADO: PESCADO, GLUTEN  
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 19</b>	KCAL 580	Proteínas (g) 30	Lípidos (g) 20	Hidratos (g) 68
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Arroz con pollo  
Ternera a la plancha con ensalada  
Fruta y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 20</b>	KCAL 637	Proteínas (g) 24	Lípidos (g) 25	Hidratos (g) 79
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Potaje de garbanzos con espinacas  
ADO: HUEVO, GLUTEN, SOJA  
Filete de merluza molinera con ensalada  
ADO: PESCADO, GLUTEN  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 21</b>	KCAL 674	Proteínas (g) 30	Lípidos (g) 23	Hidratos (g) 87
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Macarrones al ajillo  
ADO: GLUTEN, HUEVO  
Bacalao con pisto  
ADO: PESCADO  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 24</b>	KCAL 618	Proteínas (g) 26	Lípidos (g) 15	Hidratos (g) 94
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Patatas guisadas con carne  
Tortilla de calabacín con ensalada  
ADO: HUEVO  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 25</b>	KCAL 597	Proteínas (g) 17	Lípidos (g) 23	Hidratos (g) 79
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Judías verdes a la portuguesa  
Jamoncitos de pollo asado con patatas  
Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 26</b>	KCAL	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos (g)
----------------	------	---------------	-------------	--------------

Arroz caldoso con calamares  
ADO: MOLUSCOS  
Cazón adobado con ensalada  
ADO: PESCADO, GLUTEN  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 27</b>	KCAL 684	Proteínas (g) 26	Lípidos (g) 26	Hidratos (g) 86
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

Sopa de cocido  
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA  
Cocido completo (sin morcilla)  
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA  
Fruta, pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

<b>DIAS 28</b>	KCAL 598	Proteínas (g) 22	Lípidos (g) 16	Hidratos (g) 93
----------------	-------------	---------------------	-------------------	--------------------

**NO LECTIVO**

**DIAS 31**

En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a **ALERGENOS**.  
ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria