

### Lunes

### Martes

### Miércoles

### Jueves

### Viernes

**3** KCal. 474 H.C. 80 Lip. 10 P. 21

JUDIAS VERDES REHOGADAS  
ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (DIETA)  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**4** KCal. 636 H.C. 73 Lip. 23 P. 39

GARBANZOS ESTOFADOS  
BACALAO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)  
• ENSALADA VERDE  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**5** KCal. 546 H.C. 98 Lip. 14 P. 13

PURE DE VERDURAS  
ARROZ CON CHAMPIÑONES  
POSTRE FERMENTADO DE SOJA  
PAN

**6** KCal. 572 H.C. 94 Lip. 14 P. 24

MACARRONES CON TOMATE SIN GLUTEN  
FILETE DE MERLUZA EN SALSA  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**7** KCal. 460 H.C. 72 Lip. 11 P. 23

LENTEJAS A LA HORTELANA  
COLIFLOR CON PATATA  
POSTRE FERMENTADO DE SOJA  
PAN INTEGRAL

**10** KCal. 655 H.C. 64 Lip. 32 P. 32

PATATAS GUIADAS  
SALMÓN A LA NARANJA  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**11** KCal. 496 H.C. 80 Lip. 13 P. 19

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA  
VERDURAS SALTEADAS  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**12** KCal. 451 H.C. 57 Lip. 16 P. 23

PURE DE CALABACIN  
MERLUZA AL HORNO EN SALSA CON VERDURAS  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**13** KCal. 652 H.C. 109 Lip. 18 P. 21

ARROZ CON TOMATE  
GUISANTES SALTEADOS  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**14** KCal. 487 H.C. 83 Lip. 11 P. 19

SOPA DE ARROZ (DIETAS)  
GARBANZOS CON FRITADA  
POSTRE FERMENTADO DE SOJA  
PAN INTEGRAL

**17** KCal. 683 H.C. 83 Lip. 22 P. 43

LENTEJAS ESTOFADAS  
LIMNADA ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)  
• ENSALADA DE COLORES  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**18** KCal. 536 H.C. 80 Lip. 17 P. 21

BROCOLI REHOGADO  
GARBANZOS CON VERDURA  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**19** KCal. 608 H.C. 94 Lip. 19 P. 20

JUDIAS PINTAS ESTOFADAS  
HERVIDO DE PATATA Y ZANAHORIA (DIETA)  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**20** KCal. 590 H.C. 93 Lip. 16 P. 23

MACARRONES CON TOMATE SIN GLUTEN  
MERLUZA EN SALSA VERDE  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**21** KCal. 589 H.C. 66 Lip. 31 P. 12

SOPA DE PESCADO SIN GLUTEN  
HAMBURGUESA DE COL KALE Y QUINOA CON ZANAHORIA  
• PATATA PANADERA  
POSTRE FERMENTADO DE SOJA  
PAN INTEGRAL

**24** KCal. 586 H.C. 102 Lip. 12 P. 23

CREMA DE CALABAZA  
LENTEJAS ESTOFADAS (DIETAS)  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**25** KCal. 610 H.C. 88 Lip. 16 P. 34

ARROZ CON VERDURAS  
LIMANDA AL HORNO  
• CHAMPIÑON SALTEADO  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**26** KCal. 542 H.C. 97 Lip. 11 P. 20

SOPA DE ARROZ (DIETAS)  
GARBANZOS CON FRITADA  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**27** KCal. 528 H.C. 63 Lip. 22 P. 23

PATATAS CON VERDURAS  
MERLUZA AL HORNO  
• ENSALADA DE COLORES  
FRUTA DE TEMPORADA  
PAN

**28** KCal. 504 H.C. 83 Lip. 10 P. 25

PURE DE VERDURAS Y LEGUMBRES  
JUDIAS PINTAS ESTOFADAS (DIETAS)  
POSTRE FERMENTADO DE SOJA  
PAN