

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 KCal. 542 H.C. 46 Lip. 26 P. 32 JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA CABALLA CON SALSAS DE TOMATE • ENSALADA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 630 H.C. 112 Lip. 12 P. 26 LENTEJAS CON CALABAZA PUERROS CON PATATAS (DIETA) FRUTA DE TEMPORADA PAN	5 KCal. 666 H.C. 125 Lip. 12 P. 21 MACARRONES CON TOMATE SIN GLUTEN GARBANZOS GUIRADOS FRUTA DE TEMPORADA PAN	6 KCal. 575 H.C. 69 Lip. 21 P. 31 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN	7 KCal. 604 H.C. 92 Lip. 23 P. 13 CREMA DE CALABACIN ECOLÓGICO ARROZ CON SALSAS DE TOMATE • ENSALADA DE LECHUGA POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL
10 KCal. 671 H.C. 49 Lip. 40 P. 31 BROCOLI REHOGADO PLATILJA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ) • ENSALADA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 542 H.C. 97 Lip. 11 P. 20 SOPA DE ARROZ (DIETAS) GARBANZOS CON FRITADA FRUTA DE TEMPORADA PAN	12 KCal. 517 H.C. 66 Lip. 15 P. 33 CREMA DE ZANAHORIA LIMANDA A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	13 KCal. 721 H.C. 132 Lip. 13 P. 26 ARROZ CON TOMATE LENTEJAS ESTOFADAS FRUTA FRESCA PAN	14 KCal. 506 H.C. 69 Lip. 12 P. 35 LENTEJAS A LA HORTELANA MERLUZA AL HORNO EN SALSAS CON VERDURAS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL
17 KCal. 451 H.C. 46 Lip. 21 P. 22 PURE DE VERDURAS MERLUZA LA PLANCHA • ENSALADA DE LECHUGA POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN	18 KCal. 677 H.C. 100 Lip. 22 P. 25 ARROZ CON CHAMPIÑONES MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ) • ENSALADA DE COLORES FRUTA ECOLÓGICA PAN	19 KCal. 665 H.C. 99 Lip. 22 P. 22 CREMA DE CALABAZA JUDIAS PINTAS ESTOFADAS • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN	20 KCal. 554 H.C. 90 Lip. 15 P. 21 SOPA DE PESCADO SIN GLUTEN GARBANZOS CON VERDURA FRUTA DE TEMPORADA PAN	21 KCal. 548 H.C. 67 Lip. 14 P. 43 LENTEJAS CON ARROZ CABALLA CON SALSAS DE TOMATE POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL
24 KCal. 686 H.C. 112 Lip. 20 P. 20 MACARRONES CON TOMATE SIN GLUTEN GUIRANTES REHOGADOS • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 616 H.C. 104 Lip. 14 P. 25 LENTEJAS CON VERDURA PATATAS GUIRADAS (DIETAS) FRUTA DE TEMPORADA PAN	26 KCal. 556 H.C. 53 Lip. 25 P. 32 CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA SALMÓN AL HORNO CON SALSAS DE NARANJA POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN	27 KCal. 542 H.C. 97 Lip. 11 P. 20 SOPA DE ARROZ (DIETAS) GARBANZOS CON FRITADA FRUTA DE TEMPORADA PAN	28 KCal. 837 H.C. 103 Lip. 31 P. 43 JUDÍAS VERDES CON PATATAS MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ) • PATATA PANADERA MANZANA PAN INTEGRAL
31 KCal. 737 H.C. 68 Lip. 42 P. 26 SOPA DE ARROZ (DIETAS) PLATILJA AL HORNO • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN				

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal. Fruta fresca variada: Naranja, manzana, pera, plátano, fruta de temporada.