

03

*PATATAS GUISADAS CON CHORIZO
 *PALOMETA EN SALSA DE VERDURITAS CON PISTO
 *PAN BLANCO ECOLOGICO
 *FRUTA FRESCA
 Kcal:630.6 Prot:20.7 Lip:20.7 HC:78.1 AGS:2.5
 Azuc:22.8 Sal:1.8

04

*GARBANZOS ESTOFADOS
 *TORTILLA DE PATATA Y ATUN
 *ENSALADA (lechuga, zanahoria fresca y cebolla)
 *PAN INTEGRAL ECOLOGICO
 *FRUTA FRESCA
 Kcal:632.2 Prot:19.2 Lip:23.5 HC:80.7
 AGS:3.4 Azuc:21.9 Sal:3.1

05

*ENSALADA VARIADA CON QUESO FRESCO (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y queso fresco)
 *PAELLA MEDITERRANEA
 *PAN BLANCO ECOLOGICO
 *YOGUR
 Kcal:613.2 Prot:18.4 Lip:22.8 HC:81.9 AGS:6.4
 Azuc:17.38 Sal:2.8

06

*FESTIVO

07

*NO LECTIVO

10

*SOPA DE PUCHERO
 *TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
 *ENSALADA (lechuga y zanahoria fresca)
 *PAN BLANCO ECOLOGICO
 *FRUTA FRESCA
 Kcal:630 Prot:18.7 Lip:21.4 HC:87.7 AGS:3.7
 Azuc:19.5 Sal:3.1

11

*CREMA DE ZANAHORIAS ECOLOGICA
 *ALBONDIGAS DE TERNERA Y CERDO EN SALSA ESPAÑOLA CON PATATA PANADERA
 *PAN INTEGRAL ECOLOGICO
 *FRUTA FRESCA
 Kcal:631.9 Prot:18.9 Lip:21.2 HC:78.5
 AGS:4.9 Azuc:27 Sal:2.4

12

*ALUBIAS BLANCAS CASTELLANAS CON VERDURAS
 *TORTILLA FRANCESA
 *ENSALADA (lechuga y tomate)
 *PAN BLANCO ECOLOGICO
 *FRUTA FRESCA
 Kcal:583.4 Prot:21.7 Lip:20.2 HC:73.3 AGS:4
 Azuc:20.9 Sal:2

13

*MACARRONES CON SALSA DE TOMATE ECOLOGICOS
 *FILETE DE ABADEJO AL HORNO CON CEBOLLA Y AJITOS Y JUDIAS VERDES SALTEADAS
 *PAN INTEGRAL ECOLOGICO
 *FRUTA FRESCA
 Kcal:600.5 Prot:22.4 Lip:21.2 HC:74.4
 AGS:2.9 Azuc:16.3 Sal:0.9

14

*ENSALADA VARIADA CON ATUN (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y atun en aceite)
 *LENTEJAS CASERAS ECOLOGICAS
 *PAN BLANCO ECOLOGICO
 *FRUTA FRESCA
 Kcal:587 Prot:21.7 Lip:20.3 HC:78.6 AGS:2.9
 Azuc:17.1 Sal:1.1

17

*CODITOS CON SALSA DE TOMATE ECOLOGICOS
 *FILETE DE FOGONERO EN SALSA DE PIMIENTOS CON ZANAHORIA BABY SALTEADA
 *PAN BLANCO ECOLOGICO
 *FRUTA FRESCA
 Kcal:614.1 Prot:20.4 Lip:21.5 HC:78 AGS:3
 Azuc:20 Sal:0.9

18

*ENSALADA MIXTA (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceitunas)
 *GARBANZOS CON CHORIZO Y VERDURITAS
 *PAN INTEGRAL ECOLOGICO
 *FRUTA FRESCA
 Kcal:626.5 Prot:21.1 Lip:20.9 HC:80.6
 AGS:3.7 Azuc:27.2 Sal:3.1

19

*ARROZ CON SALSA DE TOMATE ECOLOGICO
 *TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS
 *ENSALADA (lechuga, zanahoria fresca, col lombarda)
 *PAN BLANCO ECOLOGICO
 *FRUTA FRESCA
 Kcal:603.3 Prot:19.1 Lip:20.2 HC:87.9
 AGS:3.4 Azuc:16.1 Sal:2.5

20

*CREMA DE BROCOLI
 *ESTOFADO DE POLLO A LA JARDINERA
 *ENSALADA (lechuga, tomate y maíz)
 *PAN INTEGRAL ECOLOGICO
 *ZUMO NATURAL DE NARANJA Y CLEMENTINA ECOLOGICO
 Kcal:626.4 Prot:22.2 Lip:20.7 HC:78.9 AGS:4
 Azuc:24.8 Sal:2.5

21

*LENTEJAS CASTELLANAS ECOLOGICAS
 *PALOMETA EN SALSA DE VERDURITAS CON ARROZ PILAF ECOLOGICO
 *PAN BLANCO ECOLOGICO
 *FRUTA FRESCA
 Kcal:629.8 Prot:24 Lip:20.9 HC:85.1 AGS:2.4
 Azuc:17.5 Sal:1.1

24



25



26



27



28



31

