

Todos nuestros menus llevan su ración de pan y agua

Nuestros guisos van condimentados con sal yodada.

Lunes 2.	Lunes 9.	Lunes 16.	Lunes 23.	Lunes 30.
Lentejas, chorizo, patata y zanahoria. Tortilla de atún ensalada de tomate natural. Profiteroles Calorías 686 (Klca Proteínas: 21,0 (g) Lípidos 36,4 (g) Carbohidratos: 43,5 (g)	Guisantes salteados con jamón Atún empanado. Pisto con tomate, pimiento, cebolla, calabacin Fruta del tiempo y leche. Calorías 823 (Klca Proteínas: 43,1 (g) Lípidos 32,1 (g) Carbohidratos: 60,4 (g)	Crema de zanahoria . Albóndigas de ternera en salsa Arroz blanco Fruta del tiempo y leche. Calorías 680 (Klca Proteínas: 34,3 (g) Lípidos 50,5 (g) Carbohidratos: 64,5 (g)	Crema de verduras . Hamburguesas en salsa de tomate ensalada de lechuga y maiz. Fruta del tiempo. Calorías 632 (Klca Proteínas: 33,3 (g) Lípidos 44,7 (g) Carbohidratos: 40,3 (g)	Macarrones con chorizo Rabas de calamar ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta del tiempo. Calorías 649 (Klca Proteínas: 34,4 (g) Lípidos 18,1 (g) Carbohidratos: 43,6 (g)
Martes 3.	Martes 10.	Martes 17.	Martes 24.	
Judías verdes con tomate Ragoût de ternera ensalada de lechuga y tomate. Fruta del tiempo. Calorías 769 (Klca Proteínas: 13,4 (g) Lípidos 15,3 (g) Carbohidratos: 21,5 (g)	Judías blancas estofadas Tortilla de jamón ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta del tiempo y leche. Calorías 662 (Klca Proteínas: 16,2 (g) Lípidos 24,6 (g) Carbohidratos: 31,9 (g)	Lentejas, chorizo, patata y zanahoria. Ventresca de merluza ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta del tiempo. Calorías 653 (Klca Proteínas: 43,0 (g) Lípidos 35,3 (g) Carbohidratos: 50,2 (g)	Judías blancas con chorizo Buchones de panga rebozados ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta del tiempo y leche. Calorías 729 (Klca Proteínas: 34,1 (g) Lípidos 29,8 (g) Carbohidratos: 36,7 (g)	
Miércoles 4.	Miércoles 11.	Miércoles 18.	Miércoles 25.	
Arroz con verduras. San Jacobo de jamón y queso ensalada de lechuga y zanahoria. Lácteo Calorías 991 (Klca Proteínas: 46,5 (g) Lípidos 46,8 (g) Carbohidratos: 40,0 (g)	Paella de arroz, pescado y mejillones. Pollo al ajillo. ensalada de lechuga y maiz. Fruta del tiempo. Calorías 692 (Klca Proteínas: 43,0 (g) Lípidos 32,8 (g) Carbohidratos: 48,5 (g)	Coliflor rebozada Magro de cerdo con tomate ensalada de lechuga y tomate. Gelatina de frutas Calorías 668 (Klca Proteínas: 28,4 (g) Lípidos 22,4 (g) Carbohidratos: 26,3 (g)	VIAJE FANTÁSTICO: EL CUERPO HUMANO Hidratos: Fideua Proteínas: Chuletas de Sajonia Vitaminas: Judías verdes Azúcares: Flan	
Jueves 5.	Jueves 12.	Jueves 19.	Jueves 26.	
Judías pintas estofadas con arroz. Ventresca de merluza ensalada de lechuga y maiz. Fruta del tiempo. Calorías 761 (Klca Proteínas: 49,9 (g) Lípidos 28,8 (g) Carbohidratos: 49,1 (g)	Sopa de cocido con fideos. Cocido con garbanzos, patata, repollo, morcillo, tocino, chorizo Lácteo Calorías 604 (Klca Proteínas: 33,0 (g) Lípidos 22,2 (g) Carbohidratos: 56,8 (g)	Sopa de cocido con fideos. Cocido con garbanzos, patata, repollo, morcillo, tocino, chorizo Lácteo Calorías 645 (Klca Proteínas: 30,9 (g) Lípidos 20,8 (g) Carbohidratos: 53,3 (g)	Judías verdes con jamón Salchichas frescas al horno puré de patatas Fruta del tiempo y leche. Calorías 790 (Klca Proteínas: 38,5 (g) Lípidos 34,9 (g) Carbohidratos: 42,0 (g)	
Viernes 6.	Viernes 13.	Viernes 20.	Viernes 27.	
Crema de verduras . Pollo en salsa. patatas fritas Fruta del tiempo y leche. Calorías 628 (Klca Proteínas: 33,0 (g) Lípidos 24,4 (g) Carbohidratos: 41,6 (g)	Patatas guisadas con calamares Maza de cerdo asada ensalada de lechuga y maiz. Fruta del tiempo. Calorías 681 (Klca Proteínas: 15,1 (g) Lípidos 35,0 (g) Carbohidratos: 28,9 (g)	Espaguetis con bechamel y bacon. Cazón o caella en adobo. ensalada de lechuga y maiz. Helado Calorías 846 (Klca Proteínas: 27,1 (g) Lípidos 25,0 (g) Carbohidratos: 47,8 (g)	Patatas salteadas con chorizo y pimiento Tortilla de queso ensalada de lechuga y tomate. Fruta del tiempo. Calorías 601 (Klca Proteínas: 14,2 (g) Lípidos 32,9 (g) Carbohidratos: 27,1 (g)	

...mmm
¡qué rica!

