

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>6</p> <p>(G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, tomate)</p> <p>(G) MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE ZANAHORIAS (patata, zanahoria)</p> <p>(G) MENESTRA DE VERDURAS COCIDA</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 498,51 Prot: 17,55g Hidrat: 70,13g Grasas: 17,07g Sat: 2,12g Azúc: 10,05g Sal: 1,22g</p>	<p>7</p> <p>(G) SOPA DE LLUVIA CON VERDURA (apio, puerro, zanahoria, cebolla)</p> <p>(G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO</p> <p>(G) SALTEADO DE CALABACÍN CON CEBOLLA</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 458,80 Prot: 10,43g Hidrat: 63,14g Grasas: 17,52g Sat: 2,80g Azúc: 10,86g Sal: 2,66g</p>	<p>8</p> <p>(G) MACARRONES CON TOMATE Y ATÚN</p> <p>(G) PECHUGA DE PAVO Y QUESO EDAM</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 430,10 Prot: 19,92g Hidrat: 60,42g Grasas: 12,98g Sat: 3,79g Azúc: 11,38g Sal: 1,61g</p>	<p>9</p> <p>(G) CREMA DE CALABACÍN (patata, cebolla, aceite)</p> <p>(G) ALBÓNDIGAS JARDINERA (champiñón, guisante, pimienta, zanahoria, ajos)</p> <p>(G) PATATAS FRITAS</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 521,35 Prot: 11,04g Hidrat: 72,75g Grasas: 21,52g Sat: 4,84g Azúc: 16,92g Sal: 1,66g</p>	<p>10</p> <p>(G) LENTEJAS CON VERDURAS (patata, j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, laurel)</p> <p>(G) MERLUZA EN SALSA (tomate, pimienta, cebolla, laurel, aceite)</p> <p>(G) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(G) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 568,27 Prot: 29,26g Hidrat: 72,02g Grasas: 18,26g Sat: 3,26g Azúc: 24,06g Sal: 1,63g</p>
<p>13</p> <p>(G) GUIISO DE MERLUZA (patata, cebolla, pimienta, laurel, tomate)</p> <p>(G) BUÑUELOS DE BACALAO</p> <p>(G) ZANAHORIAS BABY</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 509,47 Prot: 13,06g Hidrat: 73,33g Grasas: 18,02g Sat: 2,19g Azúc: 9,96g Sal: 2,23g</p>	<p>14</p> <p>(G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo)</p> <p>(G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 450,45 Prot: 16,86g Hidrat: 60,36g Grasas: 14,49g Sat: 2,67g Azúc: 8,31g Sal: 1,54g</p>	<p>15</p> <p>(G) CAZUELA DE FIDEOS CON ABADEJO (patata, tomate, pimienta, cebolla)</p> <p>(G) CROQUETAS DE POLLO</p> <p>(G) ARROZ SALTEADO (cebolla, aceite)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 565,40 Prot: 14,59g Hidrat: 72,06g Grasas: 22,57g Sat: 3,53g Azúc: 11,70g Sal: 1,74g</p>	<p>16</p> <p>(G) CREMA DE VERDURAS (patata, calabacín, cebolla, zanahoria)</p> <p>(G) POLLO AL AJILLO</p> <p>(G) PATATAS HORNO (aceite, laurel)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 563,08 Prot: 17,84g Hidrat: 89,84g Grasas: 14,72g Sat: 2,00g Azúc: 17,65g Sal: 1,26g</p>	<p>17</p> <p>(G) POTAJE DE CALABAZA CON GARBANZOS (patata, tomate, zanahoria, pimienta)</p> <p>(G) ABADEJO EN SALSA (tomate, pimienta, cebolla, aceite)</p> <p>(G) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(G) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 537,55 Prot: 25,24g Hidrat: 70,39g Grasas: 18,83g Sat: 3,11g Azúc: 23,95g Sal: 1,31g</p>
<p>20</p> <p>(G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla)</p> <p>(G) ALBÓNDIGAS JARDINERA (champiñón, guisante, pimienta, zanahoria, ajos)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 474,10 Prot: 9,29g Hidrat: 59,35g Grasas: 23,43g Sat: 5,37g Azúc: 13,33g Sal: 1,36g</p>	<p>21</p> <p>(G) LENTEJAS CON VERDURAS (patata, j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, laurel)</p> <p>(G) MERLUZA RIOJANA (tomate, pimienta, cebolla, aceite, ajos)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 487,50 Prot: 23,65g Hidrat: 67,75g Grasas: 12,89g Sat: 1,74g Azúc: 11,33g Sal: 1,27g</p>	<p>22</p> <p>(G) COCIDO CON VERDURAS SIN CARNE (garbanzo, j.verde, patata, puerro)</p> <p>(G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 358,57 Prot: 11,07g Hidrat: 58,83g Grasas: 8,45g Sat: 1,36g Azúc: 10,45g Sal: 1,20g</p>	<p>23</p> <p>(G) SÓPA DE ARROZ CON VERDURA (zanahoria, calabacín, cebolla, ajo, aceite)</p> <p>(G) POLLO AL HORNO EN SALSA (aceite, ajo, laurel, hierbas provenzales)</p> <p>(G) ARROZ SALTEADO (cebolla, aceite)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 545,36 Prot: 15,76g Hidrat: 87,16g Grasas: 15,18g Sat: 2,06g Azúc: 14,98g Sal: 1,84g</p>	<p>24</p> <p>(G) ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO GRATINADO (tomate, queso...)</p> <p>(G) NUGGETS DE POLLO</p> <p>(G) PATATAS HORNO (aceite, laurel)</p> <p>(G) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(G) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 493,30 Prot: 15,02g Hidrat: 64,46g Grasas: 19,84g Sat: 4,50g Azúc: 20,84g Sal: 1,75g</p>
<p>27</p> <p>(G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo)</p> <p>(G) PALITOS DE PESCADO FRITOS</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 495,00 Prot: 16,55g Hidrat: 71,44g Grasas: 14,51g Sat: 1,68g Azúc: 9,63g Sal: 1,48g</p>	<p>28</p> <p>(G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, tomate)</p> <p>(G) QUESO FRESCO Y PECHUGA DE PAVO</p> <p>(G) ZANAHORIAS BABY</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 419,28 Prot: 12,22g Hidrat: 69,93g Grasas: 10,92g Sat: 2,24g Azúc: 10,42g Sal: 1,41g</p>	<p>29</p> <p>(G) GURULLOS DE ALMERÍA (pollo, pimienta, patata, guisantes, ajos)</p> <p>(G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 523,25 Prot: 22,38g Hidrat: 79,79g Grasas: 12,98g Sat: 2,60g Azúc: 9,93g Sal: 2,05g</p>	<p>30</p> <p>(G) CREMA DE VERDURAS (patata, calabacín, cebolla, zanahoria)</p> <p>(G) ASADILLO DE POLLO (zanahoria, champiñón, guisante, tomate, ajo)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 526,05 Prot: 19,45g Hidrat: 84,81g Grasas: 12,04g Sat: 1,71g Azúc: 22,03g Sal: 1,77g</p>	<p>10</p>

GLUTEN
 HUEVO
 PESCADO
 MOLUSCO
 SOJA
 ALTRAMUCES
 LECHE
 SÉSAMO
 FRUTOS DE CÁSCARA
 APIO
 MOSTAZA
 SULFITOS
 CACAHUETE
 CRUSTÁCEOS

La empresa se reserva el derecho a modificar el menú programado, según las necesidades operativas o imprevistos, garantizando el equilibrio nutricional del mismo.