

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 (A) MACARRONES BOLOÑESA SIN GLUTEN (c. picada, tomate, cebolla, orégano) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 758,88 Prot: 24,08g Hidrat: 102,26g Grasas: 41,73g Sat: 11,98g Azúc: 12,19g Sal: 1,82g	3 (G) CAZUELA ARROZ POLLO SIN GUISANTES (tomate, aceite) (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (C) ENSALADA, LECHUGA, ACEITUNAS, REMOLACHA (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 639,80 Prot: 16,91g Hidrat: 82,18g Grasas: 27,09g Sat: 4,45g Azúc: 7,07g Sal: 2,42g	4 (G) GUIZO DE PATATAS SIN LEGUMBRES (pimiento, cebolla, tomate, ajo) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (C) ENS. LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS, ZANAHORIAS, QUESO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 664,96 Prot: 19,71g Hidrat: 72,73g Grasas: 39,25g Sat: 10,44g Azúc: 16,42g Sal: 1,91g	5 (G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) PATATAS FRITAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 622,40 Prot: 16,29g Hidrat: 81,00g Grasas: 34,62g Sat: 7,75g Azúc: 16,39g Sal: 2,23g	6 (G) SOPA DE ARROZ CON VERDURA (zanahoria, calabacin, cebolla, ajo, aceite) (G) TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN AL HORNO (G) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 522,47 Prot: 12,52g Hidrat: 70,44g Grasas: 20,59g Sat: 3,96g Azúc: 21,73g Sal: 1,99g
9 (G) ARROZ CON TOMATE FRITO (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) ZANAHORIAS BABY (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 501,01 Prot: 14,85g Hidrat: 67,71g Grasas: 27,21g Sat: 7,03g Azúc: 10,61g Sal: 1,49g	10 (G) POTAJE SIN LEGUMBRES (patata, tomate, cebolla,pimiento, zanahoria, ajo) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 397,24 Prot: 13,35g Hidrat: 49,87g Grasas: 22,69g Sat: 6,76g Azúc: 8,78g Sal: 1,27g	11 (G) GUISILLO DE POLLO SIN GUISANTES (patata, cebolla, zanahoria...) (G) QUESO FRESCO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 439,70 Prot: 16,62g Hidrat: 67,72g Grasas: 11,13g Sat: 4,15g Azúc: 10,38g Sal: 1,33g	12 (C) ARROZ CON TOMATE FRITO (G) BRÓCOLI GRATINADO (leche, queso, harina, cebolla) (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 631,87 Prot: 19,61g Hidrat: 102,66g Grasas: 19,23g Sat: 4,72g Azúc: 17,07g Sal: 1,89g	13 (G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 628,90 Prot: 19,26g Hidrat: 78,33g Grasas: 34,80g Sat: 9,16g Azúc: 23,36g Sal: 2,49g
16 (G) SOPA DE ARROZ CON VERDURA (zanahoria, calabacin, cebolla, ajo, aceite) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) ZANAHORIAS BABY (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 460,95 Prot: 14,74g Hidrat: 62,02g Grasas: 24,13g Sat: 6,96g Azúc: 10,88g Sal: 1,39g	17 (A) SOPA DE FIDEOS SIN GLUTEN CON POLLO (puerro, zanahoria...) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (C) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 627,74 Prot: 22,29g Hidrat: 88,31g Grasas: 27,21g Sat: 7,91g Azúc: 9,64g Sal: 1,53g	18 (A) MACARRONES BOLOÑESA SIN GLUTEN (c. picada, tomate, cebolla, orégano) (G) QUESO FRESCO (C) ENSALADA LECHUGA, PEPINO, ATÚN, ZANAHORIA (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 788,34 Prot: 24,47g Hidrat: 102,36g Grasas: 37,89g Sat: 10,85g Azúc: 14,49g Sal: 1,99g	19 (G) ARROZ CON TOMATE FRITO (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) PATATAS FRITAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 581,01 Prot: 15,98g Hidrat: 77,21g Grasas: 31,28g Sat: 7,34g Azúc: 14,65g Sal: 1,49g	20 (G) GUIZO DE PATATAS SIN LEGUMBRES (pimiento, cebolla, tomate, ajo) (G) QUESO FRESCO (G) ZANAHORIAS BABY (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 495,22 Prot: 15,16g Hidrat: 73,03g Grasas: 15,29g Sat: 5,78g Azúc: 24,27g Sal: 1,61g
23 (G) GUISILLO DE POLLO SIN GUISANTES (patata, cebolla, zanahoria...) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 505,34 Prot: 20,35g Hidrat: 69,16g Grasas: 23,04g Sat: 6,85g Azúc: 8,72g Sal: 1,46g	24	25	26	27
30	3	4	5	6

GLUTEN

HUEVO

PESCADO

MOLUSCO

SOJA

ALTRAMUCES

LECHE

SÉSAMO

FRUTOS DE CÁSCARA

APIO

MOSTAZA

SULFITOS

CACAHUETE

CRUSTÁCEOS