

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 449,40 Prot: 14,39g Hidrat: 65,86g Grasas: 12,51g Sat: 2,13g Azúc: 9,33g Sal: 1,94g	3 (G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, tomate) (G) LOMO ASADO (aceite, pimienta) (G) ZANAHORIAS BABY (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 720,73 Prot: 32,73g Hidrat: 68,14g Grasas: 56,17g Sat: 18,59g Azúc: 9,83g Sal: 1,22g	4 (G) GURULLOS DE ALMERÍA (pollo, pimienta, patata, guisantes, ajos) (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 523,25 Prot: 22,38g Hidrat: 79,79g Grasas: 12,98g Sat: 2,60g Azúc: 9,93g Sal: 2,05g	5 (G) CREMA DE VERDURAS (patata, calabacín, cebolla, zanahoria) (G) ASADILLO DE POLLO (zanahoria, champiñón, guisante, tomate, ajo) (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 526,05 Prot: 19,45g Hidrat: 84,81g Grasas: 12,04g Sat: 1,71g Azúc: 22,03g Sal: 1,77g	6 (G) GUISILLO DE MAGRA (patata, cebolla, pimienta, guisante, ajo) (G) POLLO AL HORNO EN SALSA (aceite, ajo, laurel, h.provenzales) (G) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 514,68 Prot: 22,84g Hidrat: 69,88g Grasas: 15,45g Sat: 3,66g Azúc: 20,03g Sal: 2,10g
9 (G) SOPA DE PASTA MARAVILLA CON VERDURA (puerro, zanahoria, cebolla, ajo) (G) ROLLITOS DE PRIMAVERA. A (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 395,60 Prot: 8,84g Hidrat: 67,81g Grasas: 9,41g Sat: 1,40g Azúc: 11,09g Sal: 1,89g	10 (G) CAZUELA DE ARROZ CON POLLO (tomate, guisante, ajos) (G) POLLO AL HORNO EN SALSA (aceite, ajo, laurel, hierbas provenzales) (G) PISTO DE VERDURAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 622,57 Prot: 19,03g Hidrat: 97,47g Grasas: 17,65g Sat: 2,40g Azúc: 15,76g Sal: 2,32g	11 (G) ACELGAS ESPARRAGADAS (patata, garbanzos, almendras, pimienta, cebolla) (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 450,57 Prot: 15,01g Hidrat: 56,98g Grasas: 18,33g Sat: 2,83g Azúc: 9,17g Sal: 1,83g	12 (G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla) (G) LOMO SAJONIA AL HORNO (G) PATATAS FRITAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 538,85 Prot: 15,08g Hidrat: 68,85g Grasas: 22,83g Sat: 3,19g Azúc: 18,61g Sal: 1,78g	13 (G) LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS (patata, zanahoria, tomate, pimienta) (G) TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN AL HORNO (G) ZANAHORIAS BABY (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 547,00 Prot: 19,17g Hidrat: 81,39g Grasas: 14,82g Sat: 3,21g Azúc: 23,25g Sal: 2,17g
16 (G) ARROZ CON TOMATE FRITO (G) SALCHICHAS FRANKFURT HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 447,27 Prot: 8,66g Hidrat: 65,39g Grasas: 18,25g Sat: 2,93g Azúc: 8,89g Sal: 1,24g	17 (G) COCIDO ANDALUZ (j.verdes, garbanzo, zanahoria, puerro) (G) PALETA COCIDA Y QUESO FRESCO (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 343,70 Prot: 12,02g Hidrat: 61,10g Grasas: 6,62g Sat: 2,26g Azúc: 10,20g Sal: 0,85g	18 (G) GUISILLO DE POLLO (cebolla, pimienta, guisantes, patata) (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 490,05 Prot: 19,19g Hidrat: 69,98g Grasas: 14,41g Sat: 2,63g Azúc: 10,26g Sal: 1,75g	19 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) LOMO ADOBADO AL HORNO (G) PISTO DE VERDURAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 552,80 Prot: 19,35g Hidrat: 75,57g Grasas: 18,12g Sat: 3,34g Azúc: 22,38g Sal: 2,29g	20 (G) CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla, patata, calabaza) (G) POLLO CON MANZANA (manzana, cebolla...) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 572,54 Prot: 23,11g Hidrat: 66,22g Grasas: 23,94g Sat: 4,85g Azúc: 25,53g Sal: 0,74g
23 (G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, tomate) (G) LOMO ADOBADO AL HORNO (G) MENESTRA DE VERDURAS COCIDA (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 499,98 Prot: 14,91g Hidrat: 68,24g Grasas: 19,33g Sat: 3,32g Azúc: 9,30g Sal: 1,97g	24 (G) SOPA DE LLUVIA CON POLLO (puerro, apio, zanahoria) (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) SALTEADO DE CALABACÍN CON CEBOLLA (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 478,20 Prot: 13,15g Hidrat: 64,98g Grasas: 17,67g Sat: 2,84g Azúc: 10,12g Sal: 2,54g	25 (G) MACARRONES BOLOÑESA (carne picada, cebolla, aceite, tomate) (G) POLLO AL HORNO (aceite, laurel, tomillo) (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 496,19 Prot: 20,35g Hidrat: 68,89g Grasas: 19,04g Sat: 4,04g Azúc: 11,06g Sal: 1,94g	26 (G) CREMA DE CALABACÍN (patata, cebolla, aceite) (G) POLLO A LA JARDINERA (tomate, champiñón, guisante, zanahoria) (G) PATATAS FRITAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 494,55 Prot: 13,34g Hidrat: 76,96g Grasas: 14,63g Sat: 1,72g Azúc: 17,96g Sal: 1,74g	27

GLUTEN

HUEVO

PESCADO

MOLUSCO

SOJA

ALTRAMUCES

LECHE

SÉSAMO

FRUTOS DE CÁSCARA

APIO

MOSTAZA

SULFITOS

CACAHUETE

CRUSTÁCEOS