

LUNES

734,2Kcal - Prot:19,3g - Lip:18,9g - HC:117,3g

Arroz al horno con garbanzos
Entremeses y ensalada variada
Yogur
Pan

MARTES

655,2Kcal - Prot:22,2g - Lip:23,5g - HC:65,4g

Ensalada variada
Hervido valenciano
Gulash con verduras
Yogur
Pan

MIÉRCOLES

693,3Kcal - Prot:32,0g - Lip:27,2g - HC:73,0g

Canelones
Merluza en su jugo y ensalada variada
Fruta de temporada
Pan

JUEVES

616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:68,6g

Ensalada de patata
Pollo al horno con aros de cebolla
Helado
Pan

VIERNES

587,6Kcal - Prot:21,5g - Lip:24,0g - HC:68,8g

Macarrones a la napolitana
Tortilla francesa y ensalada variada
Fruta de temporada
Pan

553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g

Ensalada variada
Sopa de fideos con garbanzos
Pollo con patatas panadera
Fruta de temporada/Pan

638,1Kcal - Prot:28,3g - Lip:22,7g - HC:76,6g

Coditos a la carbonara
Limanda al limón y ensalada variada
Yogur/Pan

693,3Kcal - Prot:32,0g - Lip:27,2g - HC:73,0g

Ensaladilla rusa
Pechuga empanada con verdura en tempura
Fruta de temporada
Pan

762,7Kcal - Prot:21,1g - Lip:15,4g - HC:130,4g

Arroz de verduras
Tortilla patata y ensalada variada
Helado
Pan

734,2Kcal - Prot:19,3g - Lip:18,9g - HC:117,3g

Crema de verduras con tostones
Longanizas con pisto y cous cous
Fruta de temporada
Pan

576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g

Ensalada variada
Espaguetis boloñesa
Varitas de merluza con maíz salteado
Fruta de temporada/Pan

685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g

Ensalada variada
Sopa de cocido
Hamburguesa mixta con patatas fritas
Yogur
Pan

635,2Kcal - Prot:22,2g - Lip:23,5g - HC:65,4g

Ensalada variada
Arroz con tomate
Tortilla francesa con zanahoria salteada
Fruta de temporada
Pan

603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g

Ensalada variada
Lentejas con verduras
Pizza de jamón york y queso
Helado
Pan

603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g

Ensalada de pasta
Magro asado en salsa con verduras
Fruta de temporada
Pan

566,5Kcal - Prot:15,9g - Lip:19,8g - HC:75,7g

Ensalada variada
Sopa con pasta maravilla
Pollo en salsa con patatas
Fruta de temporada/Pan

500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g

Ensalada variada
Espirales a la amatriciana
Abadejo al horno con mahonesa
Yogur
Pan

562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:98,9g

Ensalada variada
Crema de legumbres y verdura
Albóndigas a la jardinera
Fruta de temporada
Pan

713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g

Fideua de pescado
Tortilla calabacín y ensalada variada
Helado
Pan

745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g

Ensalada de arroz
Hojaldre de bacon y queso y ensalada variada
Fruta de temporada
Pan

576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g

Ensalada de pasta
Fingers de pollo con verdura en tempura
Fruta de temporada
Pan

655,2Kcal - Prot:22,2g - Lip:23,5g - HC:65,4g

Ensalada variada
Crema de verdura de temporada
Taqitos de magro en salsa española y cous cous
Yogur/Pan

685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g

Ensalada variada
Lentejas con verduritas
Tortilla francesa con queso
Fruta de temporada
Pan

603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g

Ensalada variada
Paella valenciana
Surtido variado
Helado
Pan

