

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
3 Pasta boloñesa (gluten y huevo) Calamares a la romana (crustáceos, gluten, huevo) Fruta y pan (gluten)		4 Sopa de cocido (gluten y huevo) Cocido completo Yogur (leche) y pan (gluten)		5 Puré de calabacín Tortilla de patata con ensalada (huevo) Fruta y pan (gluten)		6 Ensalada mixta Patatas guisadas con carne y verduritas Fruta y pan (gluten)		7 Arroz tres delicias (huevo) Merluza a la plancha con ensalada (pescado) Fruta y pan (gluten)	
Kcal:849 KJ:3550 Hc: 91,8g Azúcares: 21,6g	Prot: 37,7g Grasa: 36,8g Satur: 8,3g	Kcal:839 KJ:3506 Hc: 87,8g Azúcares: 8g	Prot: 33,4g Grasa: 39,4g Satur: 8,9g	Kcal:836 KJ:3495 Hc: 63,2g Azúcares: 12g	Prot: 26,7g Grasa: 53g Satur: 12,6g	Kcal:828 KJ:3459 Hc: 82,6g Azúcares: 28,6g	Prot: 30,4g Grasa: 41,8g Satur: 6,1g	Kcal:838 KJ:3503 Hc: 95,1g Azúcares: 22,7g	Prot: 31,4g Grasa: 37g Satur: 5,8g
10 Macarrones con chorizo y tomate (gluten, huevo y leche) Empanadillas con ensalada (huevo, gluten y pescado) Fruta y pan (gluten)		11 Puré de verduras Pollo al limón con patatas Yogur (leche) y pan (gluten)		12 Lentejas guisadas Bacalao con tomate (pescado) Fruta y pan (gluten)		13 Coliflor gratinada (leche) Ternera asada con patatas Fruta y pan (gluten)		14 Guisantes con jamón Lomo con ensalada Fruta y pan (gluten)	
Kcal:843 KJ: 3523 Hc: 106,4g Azúcares: 25,3g	Prot: 22,5g Grasa: 36,4g Satur: 7,2g	Kcal:845 KJ:3530 Hc: 72g Azúcares: 13,4g	Prot: 37,6g Grasa: 45,2g Satur: 10,1g	Kcal:836 KJ:3495 Hc: 97g Azúcares: 30,6g	Prot: 37,4g Grasa: 33,3g Satur: 4,5g	Kcal:839 KJ:3508 Hc: 79,9g Azúcares: 27,3g	Prot: 39,6g Grasa: 40,2g Satur: 10,2g	Kcal:838 KJ:3501 Hc: 70,6g Azúcares: 26,8g	Prot: 42,9g Grasa: 42,6g Satur: 6,7g
17 Espaguetis con tomate (gluten y huevo) Huevos fritos (huevo) Fruta y pan (gluten)		18 Sopa de cocido (gluten y huevo) Cocido completo Yogur (leche) y pan (gluten)		19 Puré calabaza Filete de pavo con patatas Fruta y pan (gluten)		20 Patatas guisadas con verduras Nuggets de pollo con ensalada (gluten y huevo) Fruta y pan (gluten)		21 Judías blancas guisadas Merluza a la plancha con ensalada de tomate (pescado) Fruta y pan (gluten)	
Kcal:839 KJ:3507 Hc: 89,8g Azúcares: 22,2g	Prot: 33,8g Grasa: 38,2g Satur: 7g	Kcal:839 KJ:3506 Hc: 87,8g Azúcares: 8g	Prot: 33,4g Grasa: 39,4g Satur: 8,9g	Kcal:834 KJ:3485 Hc: 64g Azúcares: 10,5g	Prot: 37,6g Grasa: 47,7g Satur: 10g	Kcal:854 KJ: 3568 Hc: 85,3g Azúcares: 28,3g	Prot: 37,3g Grasa: 40,4g Satur: 5,7g	Kcal:843 KJ:3525 Hc: 85,3g Azúcares: 29g	Prot: 35,6g Grasa: 40g Satur: 5,2g
24 Pasta al pesto (gluten y huevo) Salmón al horno con ensalada (pescado) Fruta y pan (gluten)		25 Puré de verduras Chuleta de cerdo con patatas Yogur (leche) y pan (gluten)		26 Judías pintas guisadas Huevos rellenos con ensalada (huevo y atún) Fruta y pan (gluten)		27 Hamburguesa con patatas (gluten, huevo, leche y soja) Fruta y pan (gluten)		28 Ensalada mixta Lasaña de carne (huevo, gluten y leche) Fruta y pan (gluten)	
Kcal:878 KJ:3670 Hc: 105,9g Azúcares: 26,1g	Prot: 27,3g Grasa: 38,4g Satur: 5,3g	Kcal:849 KJ:3548 Hc: 61,7g Azúcares: 12,2g	Prot: 26,1g Grasa: 55,3g Satur: 14,8g	Kcal:848 KJ:3545 Hc: 82g Azúcares: 24,5g	Prot: 31,3g Grasa: 43,9g Satur: 7g	Kcal:762 KJ: 3183 Hc: 77,9 g Azúcares: 25,1 g	Prot: 28,8 g Grasa: 37,2 g Satur: 14,2 g	Kcal:858 KJ:3586 Hc: 83,8g Azúcares: 24,9g	Prot: 26,1g Grasa: 46,4g Satur: 9g
31 Macarrones con tomate (gluten y huevo) Ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (gluten)									
Kcal:843 KJ:3522 Hc: 102,5g Azúcares: 22,6g	Prot: 24,5g Grasa: 37,2g Satur: 4,9g								