

LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
		1 Puré de calabacín y puerro Tortilla de patata con ensalada (huevo) Yogur (leche) y pan (gluten)		2 Lentejas guisadas con verdura Filetes estilo marino HEURA (soja, gluten) Fruta y pan (gluten)		3 Judías verdes rehogadas Hamburguesa de zanahoria con ensalada (gluten, huevo) Fruta y pan (gluten)		4 Arroz blanco con tomate Huevos fritos con ensalada (huevo) Fruta y pan (gluten)	
Kcal:845 KJ:3530 Hc: 72g Azúcares: 13,4g		Prot: 37,6g Grasa: 45,2g Satur: 10,1g		Kcal:864 KJ:3612 Hc: 87,8g Azúcares: 24,9g		Prot: 38,6g Grasa: 39,9g Satur: 8,4g		Kcal:857 KJ:3584 Hc: 60,3g Azúcares: 21,5g	
Kcal:857 KJ:3584 Hc: 60,3g Azúcares: 21,5g		Prot: 30,8g Grasa: 54,6g Satur: 13,5g		Kcal:830 KJ:3471 Hc: 101g Azúcares: 21g		Prot: 17,3g Grasa: 39,8g Satur: 6,1g			
7 Pasta con tomate (gluten y huevo) Nuggets vegetarianos con ensalada (gluten y huevo) Fruta y pan (gluten)		8 Garbanzos guisados con verduras Tortilla francesa con ensalada (huevo) Yogur (leche) y pan (gluten)		9 Puré de puerros Tofu marinado con verduras (soja) Fruta y pan (gluten)		10 Hamburguesa de proteína vegetal con patatas (soja) Fruta y pan (gluten)		11 SEMANA SANTA	
Kcal:849 KJ:3550 Hc: 91,8g Azúcares: 21,6g		Prot: 37,7g Grasa: 36,8g Satur: 8,3g		Kcal:848 KJ:3545 Hc: 80,1g Azúcares: 10,4g		Prot: 31g Grasa: 44,8g Satur: 8,9g		Kcal:828 KJ:3462 Hc: 85,7g Azúcares: 26,8g	
Kcal:828 KJ:3462 Hc: 85,7g Azúcares: 26,8g		Prot: 27,7g Grasa: 41,6g Satur: 8g		Kcal:729 KJ:3045 Hc: 54,4g Azúcares:16g		Prot: 28,5g Grasa: 44g Satur:16,26g			
14		15		16		17		18	
SEMANA SANTA		SEMANA SANTA		SEMANA SANTA		SEMANA SANTA		SEMANA SANTA	
21		22		23		24		25	
SEMANA SANTA		Patatas guisadas con verduras Huevos al plato (huevo) Yogur (leche) y pan (gluten)		Judías verdes rehogadas Escalope empanado HEURA (gluten, soja) Fruta y pan (gluten)		Coliflor gratinada (leche) Brochetas de tofu con patatas (soja) Fruta y pan (gluten)		Lentejas a la jardinera Tortilla de patata con ensalada (huevo) Fruta y pan (gluten)	
Kcal:852 KJ:3561 Hc: 73,7g Azúcares: 11,4g		Prot: 31,9g Grasa: 48g Satur: 10,2g		Kcal:858 KJ:3587 Hc: 59,5g Azúcares: 26,9g		Prot: 36,5g Grasa: 52,8g Satur: 12,4g		Kcal:839 KJ:3508 Hc: 79,9g Azúcares: 27,3g	
Kcal:839 KJ:3508 Hc: 79,9g Azúcares: 27,3g		Prot: 39,6g Grasa: 40,2g Satur: 10,2g		Kcal:848 KJ:3546 Hc: 85g Azúcares: 28,6g		Prot: 32g Grasa: 42,3g Satur: 5,8g			
28 Arroz con tomate Huevos fritos con ensalada (huevo) Fruta y pan (gluten)		29 Puré de calabaza Albóndigas HEURA con patatas (soja) Yogur (leche) y pan (gluten)		30 Judías blancas guisadas con verdura Varitas vegetales rebozadas (HEURA) con patatas (soja, gluten) Fruta y pan (gluten)					
Kcal:832 KJ:3479 Hc: 86,9g Azúcares: 20g		Prot: 18g Grasa: 45,8g Satur: 9,5g		Kcal:849 KJ:3550 Hc: 61,2g Azúcares: 10,6g		Prot: 27,5g Grasa: 55g Satur: 14,7g		Kcal:837 KJ:3499 Hc: 84,6g Azúcares: 28,8g	
Kcal:837 KJ:3499 Hc: 84,6g Azúcares: 28,8g		Prot: 35,4g Grasa: 39,7g Satur: 5,1g							