

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|--|---|---|--|---|
| 29 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, ternera y lentejas - Tortilla calabacín - Yogurt . y agua 29.23 gr prot - 18.81 gr lip 48.06 gr HC - 465.45 Kcal  | 30 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, merluza y arroz - Pinchitos de pollo al horno - Yogurt . y agua 32.56 gr prot - 15.89 gr lip 78.53 gr HC - 579.76 Kcal  | 31 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, pavo y garbanzos - Filete de gallo al horno en salsa de cebolla - Yogurt . y agua 31.10 gr prot - 18.81 gr lip 50.52 gr HC - 489.58 Kcal  | 1 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y judías blancas - Redondo de ternera - Yogurt . y agua 45.05 gr prot - 17.53 gr lip 66.77 gr HC - 590.75 Kcal  | 2 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, aceite, pollo y arroz. - Varitas de merluza - Yogurt . y agua 13.78 gr prot - 15.16 gr lip 62.86 gr HC - 429.05 Kcal  |
| 5 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y arroz - Queso fresco - Yogurt . y agua 29.05 gr prot - 12.54 gr lip 78.72 gr HC - 525.20 Kcal  | 6 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, pavo y garbanzos. - Tortilla francesa simple. - Yogurt . y agua 28.47 gr prot - 11.50 gr lip 67.72 gr HC - 470.35 Kcal  | 7 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza - Albóndigas de magro de cerdo y ternera con tomate - Yogurt . y agua 25.76 gr prot - 26.64 gr lip 50.75 gr HC - 537.35 Kcal  | 8 - Triturado de patata, calabaza, zanahoria, ternera y lentejas - Boquerones fritos al limon - Yogurt . y agua 29.20 gr prot - 20.07 gr lip 44.75 gr HC - 464.08 Kcal  | 9 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, puerro, zanahoria con pollo - Pechuga de pollo asada - Yogurt . y agua 36.23 gr prot - 16.16 gr lip 32.32 gr HC - 410.60 Kcal  |
| 12 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y judías blancas - Jamoncitos de pollo al horno - Yogurt . y agua 47.73 gr prot - 19.76 gr lip 65.37 gr HC - 614.28 Kcal  | 13 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, pavo y garbanzos. - Rollito de jamon cocido - Yogurt . y agua 32.96 gr prot - 11.19 gr lip 68.11 gr HC - 487.05 Kcal  | 14 - Triturado de patata, calabaza, zanahoria, ternera y lentejas - Rosada frita - Yogurt . y agua 33.37 gr prot - 20.05 gr lip 49.32 gr HC - 495.77 Kcal  | 15 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza - Tortilla de queso - Yogurt . y agua 29.61 gr prot - 21.60 gr lip 42.78 gr HC - 474.20 Kcal  | 16 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, aceite, pollo y arroz. - Varitas de merluza - Yogurt . y agua 13.78 gr prot - 15.16 gr lip 62.86 gr HC - 429.05 Kcal  |
| 19 - Triturado de patata, calabaza, zanahoria, ternera y lentejas - Merluza al horno con tomate - Yogurt . y agua 27.18 gr prot - 19.83 gr lip 41.76 gr HC - 443.20 Kcal  | 20 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, pavo y garbanzos. - Tortilla de patatas con cebolla - Yogurt . y agua 28.88 gr prot - 17.54 gr lip 70.12 gr HC - 536.05 Kcal  | 21 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza - Hamburguesa de ternera y cerdo al horno - Yogurt . y agua 30.73 gr prot - 18.74 gr lip 52.77 gr HC - 492.78 Kcal  | 22 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y arroz - Pinchitos de pollo al horno - Yogurt . y agua 36.72 gr prot - 16.05 gr lip 79.17 gr HC - 598.16 Kcal  | 23 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, puerro, zanahoria con pollo - Boquerones fritos al limon - Yogurt . y agua 32.11 gr prot - 19.95 gr lip 36.31 gr HC - 443.23 Kcal  |
| 26 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y arroz - Croquetitas de pollo - Yogurt . y agua 25.75 gr prot - 16.53 gr lip 84.42 gr HC - 596.23 Kcal  | 27 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, pavo y garbanzos. - Tortilla francesa simple. - Yogurt . y agua 28.47 gr prot - 11.50 gr lip 67.72 gr HC - 470.35 Kcal  | 28 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza - Hamburguesa de ternera y cerdo al horno - Yogurt . y agua 30.73 gr prot - 18.74 gr lip 52.77 gr HC - 492.78 Kcal  | 1 - Triturado de patata, calabaza, zanahoria, ternera y lentejas - Pez espada al horno - Yogurt . y agua 30.05 gr prot - 20.54 gr lip 40.77 gr HC - 456.47 Kcal  | 2 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, aceite, pollo y arroz. - Albóndigas de magro de cerdo y ternera con tomate - Yogurt . y agua 18.99 gr prot - 26.46 gr lip 61.25 gr HC - 547.15 Kcal  |