

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> - Paella de arroz con magro de cerdo, tomate, pimienta y cebolla - Calabacín ,tomate frito ,berenjena al horno gratinado - Ensalada con tomate y brotes de soja - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>15.34 gr prot - 19.21 gr lip 79.88 gr HC - 543.50 Kcal</p> 	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero con arroz - Pinchitos de pollo al horno - Ensalada con tomate, zanahoria, espárragos blancos y aceitunas - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>30.39 gr prot - 18.68 gr lip 84.27 gr HC - 622.60 Kcal</p> 	<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de puerros - Filete de gallo al horno en salsa de cebolla - Patatas al horno - Yogurt - Pan ecológico, y agua <p>21.82 gr prot - 26.04 gr lip 70.38 gr HC - 598.87 Kcal</p> 	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga ,tomate, cebolla, atún y aceitunas - Pasta de arroz con carne picada de ternera y tomate - Queso fresco - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>24.17 gr prot - 19.83 gr lip 76.06 gr HC - 583.43 Kcal</p> 	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con berenjena y calabacín - Merluza al horno - Patatas a lo pobre. - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>26.74 gr prot - 22.08 gr lip 76.75 gr HC - 602.19 Kcal</p> 
<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de tomate,zanahoria,maiz,cebolla. - Pasta de arroz con atún y tomate - Queso fresco - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>19.66 gr prot - 28.27 gr lip 85.58 gr HC - 680.08 Kcal</p> 	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Paella con pollo - Merluza a la vizcaína al horno - Tomate aliñado con aceitunas - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>20.53 gr prot - 22.52 gr lip 82.85 gr HC - 604.85 Kcal</p> 	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de guisantes - Magro con tomate - Patatas, pimienta y cebolla al horno - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>25.58 gr prot - 22.68 gr lip 91.73 gr HC - 659.68 Kcal</p> 	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa con garbanzos, arroz, zanahorias y patatas - Boquerones fritos al limon - Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, cebolla y remolacha - Yogurt - Pan ecológico, y agua <p>31.49 gr prot - 22.26 gr lip 104.22 gr HC - 722.63 Kcal</p> 	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emplacado - Pechuga de pollo asada - Patatas a lo pobre - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>25.15 gr prot - 19.49 gr lip 75.20 gr HC - 563.60 Kcal</p> 
<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con arroz, zanahoria ,cebolla y pimientos. - Jamoncitos de pollo al horno - Tomate aliñado con lechuga y brotes de soja - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>35.74 gr prot - 25.81 gr lip 88.72 gr HC - 715.33 Kcal</p> 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de tomate,maiz,zanahorias y aceitunas. - Pasta de arroz con tomate y zanahorias. - Rollito de embutido de pavo - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>17.95 gr prot - 19.96 gr lip 94.39 gr HC - 627.48 Kcal</p> 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín con picatostes - Rosada frita - Zanahorias salteadas - Yogurt - Pan ecológico, y agua <p>25.87 gr prot - 28.23 gr lip 77.48 gr HC - 652.15 Kcal</p> 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz hervido y salteado con salsa de tomate ecológico - Pavo al horno - Ensalada con lechuga, zanahoria, aceitunas y maíz - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>22.37 gr prot - 20.82 gr lip 92.05 gr HC - 631.65 Kcal</p> 	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero con arroz - Merluza al horno - Menestra de judías verdes con guisantes - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>28.76 gr prot - 18.71 gr lip 86.17 gr HC - 614.50 Kcal</p> 
<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Paella de arroz con judías verdes y pollo - Merluza al horno con tomate - Lechuga aliñada con queso fresco - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>24.33 gr prot - 24.63 gr lip 86.87 gr HC - 650.90 Kcal</p> 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con berenjena y calabacín - Habitas baby salteadas con jamón - Tomate aliñado con aceitunas - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>19.28 gr prot - 26.78 gr lip 64.81 gr HC - 570.50 Kcal</p> 	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga con zanahoria , maíz y cebolla - Pasta de arroz con tomate - Redondo de ternera - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>25.59 gr prot - 27.67 gr lip 81.79 gr HC - 682.80 Kcal</p> 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de zanahoria, calabaza y calabacín con picatostes al horno - Pinchitos de pollo al horno - Judías verdes salteadas con jamón - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>27.44 gr prot - 23.18 gr lip 76.73 gr HC - 623.50 Kcal</p> 	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero con arroz - Boquerones fritos al limon - Tempura de verduras - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>28.14 gr prot - 25.26 gr lip 96.28 gr HC - 707.22 Kcal</p> 
<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga ,aceitunas, pepino y zanahorias - Pasta de arroz con calabacín, tomate y queso - Pollo al horno - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>28.41 gr prot - 22.24 gr lip 79.06 gr HC - 628.38 Kcal</p> 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patatas y zanahoria - Rosada al horno - Menestra de zanahoria con berenjenas - Fruta - Pan ecológico y agua <p>28.80 gr prot - 21.45 gr lip 81.30 gr HC - 619.73 Kcal</p> 	<p>28</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa con garbanzos y zanahoria - Pez espada al horno - Patatas panaderas - Yogurt - Pan ecológico, y agua <p>29.69 gr prot - 27.29 gr lip 88.42 gr HC - 701.07 Kcal</p> 	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín - Cinta de lomo de cerdo al horno - Arroz hervido - Fruta - Pan ecológico, y agua <p>20.54 gr prot - 19.33 gr lip 74.95 gr HC - 545.20 Kcal</p> 