










Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>1</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, aceite de oliva virgen extra y pollo</p> <p>- Rollito de jamon cocido</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>14.93 gr prot - 8.58 gr lip 37.04 gr HC - 275.40 Kcal</p> 	<p>2</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, aceite de oliva virgen extra y pollo</p> <p>- Rollito de jamon cocido</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>14.93 gr prot - 8.58 gr lip 37.04 gr HC - 275.40 Kcal</p> 	<p>3</p> <p>- Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza</p> <p>- Pavo al ajillo al horno</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>28.74 gr prot - 14.54 gr lip 42.81 gr HC - 408.18 Kcal</p> 	<p>4</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro y ternera</p> <p>- Rosada frita</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>31.15 gr prot - 20.00 gr lip 44.46 gr HC - 468.47 Kcal</p> 	<p>5</p> <p>- Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y rosada</p> <p>- Jamoncitos de pollo al horno</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>39.17 gr prot - 19.16 gr lip 43.45 gr HC - 492.28 Kcal</p> 
<p>8</p> <p>- Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y rosada</p> <p>- Hamburguesa de ternera y cerdo al horno</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>34.89 gr prot - 18.90 gr lip 53.41 gr HC - 511.18 Kcal</p> 	<p>9</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, puerro y pavo</p> <p>- Merluza al horno</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>28.83 gr prot - 20.88 gr lip 40.47 gr HC - 456.24 Kcal</p> 	<p>10</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro y ternera</p> <p>- Cinta de lomo de cerdo al horno</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>29.84 gr prot - 15.41 gr lip 37.56 gr HC - 403.10 Kcal</p> 	<p>11</p> <p>- Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza</p> <p>- Queso fresco</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>20.35 gr prot - 10.74 gr lip 43.16 gr HC - 342.10 Kcal</p> 	<p>12</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, aceite de oliva virgen extra y pollo</p> <p>- Boquerones fritos al limon</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>17.81 gr prot - 17.18 gr lip 40.14 gr HC - 375.73 Kcal</p> 
<p>15</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, puerro y pavo</p> <p>- Lomo de atún al horno con tomate guisado</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>30.63 gr prot - 16.83 gr lip 40.32 gr HC - 426.60 Kcal</p> 	<p>16</p> <p>- Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y rosada</p> <p>- Pollo al horno</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>34.50 gr prot - 16.87 gr lip 44.38 gr HC - 454.95 Kcal</p> 	<p>17</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro y ternera</p> <p>- Bacalao frito</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>29.03 gr prot - 21.08 gr lip 51.90 gr HC - 499.65 Kcal</p> 	<p>18</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, aceite de oliva virgen extra y pollo</p> <p>- Queso fresco</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>12.15 gr prot - 10.45 gr lip 36.55 gr HC - 281.10 Kcal</p> 	<p>19</p> <p>- Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza</p> <p>- Pollo guisado</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>29.54 gr prot - 15.65 gr lip 44.05 gr HC - 426.18 Kcal</p> 
<p>22</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, puerro y pavo</p> <p>- Fritura de cazón con berenjena, pimiento y cebolla.</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>30.63 gr prot - 21.82 gr lip 48.81 gr HC - 503.10 Kcal</p> 	<p>23</p> <p>- Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y rosada</p> <p>- Pollo al horno</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>34.50 gr prot - 16.87 gr lip 44.38 gr HC - 454.95 Kcal</p> 	<p>24</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro y ternera</p> <p>- Merluza al horno</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>28.65 gr prot - 20.29 gr lip 39.20 gr HC - 445.19 Kcal</p> 	<p>25</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, aceite de oliva virgen extra y pollo</p> <p>- Queso fresco</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>12.15 gr prot - 10.45 gr lip 36.55 gr HC - 281.10 Kcal</p> 	<p>26</p> <p>- Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza</p> <p>- Pavo al ajillo al horno</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>28.74 gr prot - 14.54 gr lip 42.81 gr HC - 408.18 Kcal</p> 
<p>29</p> <p>- Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y rosada</p> <p>- Hamburguesa de ternera y cerdo al horno</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>34.89 gr prot - 18.90 gr lip 53.41 gr HC - 511.18 Kcal</p> 	<p>30</p> <p>- Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza</p> <p>- Hamburguesa de ternera y cerdo al horno</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>30.73 gr prot - 18.74 gr lip 52.77 gr HC - 492.78 Kcal</p> 	<p>31</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, puerro y pavo</p> <p>- Rosada frita</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>31.33 gr prot - 20.59 gr lip 45.73 gr HC - 479.52 Kcal</p> 	<p>1</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro y ternera</p> <p>- Queso fresco</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>21.32 gr prot - 13.29 gr lip 36.30 gr HC - 342.15 Kcal</p> 	<p>2</p> <p>- Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, aceite de oliva virgen extra y pollo</p> <p>- Bacalao al horno</p> <p>- Yogurt . y agua</p> <p>22.41 gr prot - 19.10 gr lip 40.47 gr HC - 415.10 Kcal</p> 



Elaborado por:

Victoria Velasco Robles (Colegiada nº 1479)