

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

6
Arroz blanco con salsa de tomate natural
Caballa en escabeche con cebolla pochada
Lácteo
640,0Kcal - Prot:24,9g - Lip:24,2g - HC:79,1g
AGS:7.1a - Azúcares:24.0a - Sal:1.8a

13
FESTIVO

20
Judías verdes con patatas al ajo arriero
Calamares a la romana con ensalada
Fruta fresca de temporada
548,4Kcal - Prot:34,1g - Lip:18,7g - HC:56,5g
AGS:4.0a - Azúcares:17.9a - Sal:1.5a

27
Lentejas castellanas estofadas
Tortilla de patata con cebolla y ensalada
Fruta fresca de temporada
603,4Kcal - Prot:19,8g - Lip:19,8g - HC:75,3g
AGS:3.2a - Azúcares:19.2a - Sal:3.2a

7
Lentejas estofadas
Tortilla de patata con ensalada
Fruta fresca de temporada
560,5Kcal - Prot:31,3g - Lip:13,1g - HC:75,9g
AGS:2.5a - Azúcares:52.6a - Sal:2.2a

14
Crema de calabaza
Albóndigas mixtas en salsa con patata dado
Fruta fresca de temporada
507,8Kcal - Prot:27,9g - Lip:11,5g - HC:67,7g
AGS:1.9a - Azúcares:19.2a - Sal:1.4a

21
Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta fresca de temporada
544,6Kcal - Prot:25,0g - Lip:15,0g - HC:76,2g
AGS:4.6a - Azúcares:21.7a - Sal:1.6a

28
Coditos de pasta con salsa de tomate
Merluza a la crema con eneldo
Lácteo
541,1Kcal - Prot:25,3g - Lip:20,6g - HC:59,5g
AGS:3.6a - Azúcares:17.1a - Sal:2.2a

8
FESTIVO

15
Crema de zanahoria
Cordon Bleu con ensalada
Lácteo
547,8Kcal - Prot:28,0g - Lip:15,0g - HC:66,8g
AGS:3.1a - Azúcares:21.5a - Sal:1.6a

22
Fabada Asturiana
Filete de abadejo a la Mediterránea
Lácteo
642,2Kcal - Prot:32,5g - Lip:22,8g - HC:73,9g
AGS:6.5a - Azúcares:25.8a - Sal:1.7a

29
Arroz a la Zamorana
Tortilla francesa con ensalada
Lácteo
588,5Kcal - Prot:33,9g - Lip:10,3g - HC:83,0g
AGS:2.2a - Azúcares:18.9a - Sal:0.8a

1
FESTIVO

8
Lazos de pasta "Aglío e Olio"
Tortilla francesa con ensalada mixta
Fruta fresca de temporada
541,7Kcal - Prot:27,2g - Lip:16,5g - HC:66,0g
AGS:3.8a - Azúcares:26.7a - Sal:1.6a

15
Patatas a la Riojana
Filete de merluza en salsa verde
Fruta fresca de temporada
637,3Kcal - Prot:36,3g - Lip:23,2g - HC:67,6g
AGS:6.7a - Azúcares:18.7a - Sal:1.8a

22
Macarrones con salsa de tomate
Tortilla de patata con cebolla y ensalada
Fruta fresca de temporada
565,9Kcal - Prot:25,3g - Lip:20,4g - HC:61,2g
AGS:4.4a - Azúcares:19.0a - Sal:1.7a

2
FESTIVO

9
Repollo con patatas al ajo arriero
Calamares a la romana con ensalada
Lácteo
587,2Kcal - Prot:27,3g - Lip:22,5g - HC:65,5g
AGS:5.0a - Azúcares:23.3a - Sal:1.6a

16
Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta fresca de temporada
621,7Kcal - Prot:35,8g - Lip:20,2g - HC:68,0g
AGS:4.7a - Azúcares:25.2a - Sal:1.8a

23
Lentejas estofadas con verduritas
Jamoncitos de pollo asados a las finas hierbas
Fruta fresca de temporada
478,5Kcal - Prot:25,1g - Lip:15,8g - HC:57,1g
AGS:3.8a - Azúcares:20.3a - Sal:1.7a

3
FESTIVO

10
Patatas estofadas con bacon
Jamoncitos de pollo al horno
Fruta fresca de temporada
609,1Kcal - Prot:29,1g - Lip:20,2g - HC:71,7g
AGS:4.6a - Azúcares:28.3a - Sal:1.8a

17
Cazuela de alubias blancas con verduras
Merluza empanada con ensalada
Lácteo
598,2Kcal - Prot:31,2g - Lip:18,6g - HC:74,4g
AGS:6.2a - Azúcares:25.7a - Sal:2.0a

24
Potaje de garbanzos estofados
Albóndigas de merluza en salsa verde
Fruta fresca de temporada
785,5Kcal - Prot:30,5g - Lip:34,4g - HC:83,1g
AGS:10.1a - Azúcares:20.2a - Sal:1.9a

31
Sopa de letras
Filetes rusos de ternera en salsa de tomate
Lácteo
501,3Kcal - Prot:35,6g - Lip:11,1g - HC:61,3g
AGS:3.6a - Azúcares:22.4a - Sal:1.7a