

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

	<b>1</b>		<b>2</b>		<b>3</b>		<b>4</b>
	<i>Lentejas castellanas estofadas</i>		<i>Crema de calabacín</i>		<i>Potaje de garbanzos estofados</i>		<i>Sopa de letras</i>
	<i>Tortilla de patata con cebolla y ensalada</i>		<i>Contramuslo de pollo al chilindrón con ensalada</i>		<i>Buñuelos de bacalao con ensalada</i>		<i>Filetes rusos de ternera en salsa de tomate</i>
	<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>603,4Kcal - Prot:19,8g - Lip:19,8g - HC:75,3g AGS:3.2a - Azúcares:19.2a - Sal:3.2a</small>		<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>490,7Kcal - Prot:31,9g - Lip:16,6g - HC:50,2g AGS:4.9a - Azúcares:27.1a - Sal:1.9a</small>		<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>785,5Kcal - Prot:30,5g - Lip:34,4g - HC:83,1g AGS:10.1a - Azúcares:20.2a - Sal:1.9a</small>		<i>Lácteo</i> <small>501,3Kcal - Prot:35,6g - Lip:11,1g - HC:61,3g AGS:3.6a - Azúcares:22.4a - Sal:1.7a</small>
<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>			
<i>Crema de verduras</i>	<i>Alubias blancas estofadas con verduritas</i>	<i>Brócoli rehogado con patatas</i>	<i>Sopa de cocido</i>	<i>Arroz a banda</i>			
<i>Lomo adobado a la plancha con ensalada</i>	<i>Bacalao empanado al horno con ensalada</i>	<i>Tortilla francesa con jamón york y ensalada</i>	<i>Cocido completo</i>	<i>Merluza al horno con picada de ajo-perejil</i>			
<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>614,9Kcal - Prot:31,7g - Lip:20,0g - HC:74,1g AGS:4.9a - Azúcares:18.1a - Sal:1.5a</small>	<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>654,1Kcal - Prot:35,2g - Lip:20,5g - HC:80,1g AGS:6.1a - Azúcares:27.4a - Sal:1.8a</small>	<i>Lácteo</i> <small>588,5Kcal - Prot:33,9g - Lip:10,3g - HC:83,0g AGS:2.2a - Azúcares:18.9a - Sal:0.8a</small>	<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>603,7Kcal - Prot:33,4g - Lip:27,3g - HC:52,9g AGS:6.8a - Azúcares:18.4a - Sal:1.7a</small>	<i>Lácteo</i> <small>642,5Kcal - Prot:34,8g - Lip:22,0g - HC:67,0g AGS:6.0a - Azúcares:25.5a - Sal:1.8a</small>			
<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>			
<i>Empedrado de alubias pintas con arroz</i>	<i>Crema de verduras y hortalizas</i>	<i>Lentejas a la hortelana</i>	<i>Macarrones con picadillo de chorizo</i>	<i>Judías verdes estofadas con bacon</i>			
<i>Hamburguesa mixta al horno con ensalada</i>	<i>Contramuslo de pollo en salsa de miel y mostaza</i>	<i>Merluza en salsa de puerros</i>	<i>Tortilla francesa con ensalada mixta</i>	<i>Calamares a la romana con ensalada</i>			
<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>512,4Kcal - Prot:32,8g - Lip:16,9g - HC:55,3g AGS:4.4a - Azúcares:16.8a - Sal:8.4a</small>	<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>434,0Kcal - Prot:12,6g - Lip:17,5g - HC:49,6g AGS:2.9a - Azúcares:21.3a - Sal:3.1a</small>	<i>Lácteo</i> <small>574,3Kcal - Prot:35,0g - Lip:16,9g - HC:66,1g AGS:6.1a - Azúcares:24.9a - Sal:1.6a</small>	<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>541,7Kcal - Prot:27,2g - Lip:16,5g - HC:66,0g AGS:3.8a - Azúcares:26.7a - Sal:1.6a</small>	<i>Lácteo</i> <small>587,2Kcal - Prot:27,3g - Lip:22,5g - HC:65,5g AGS:5.0a - Azúcares:23.3a - Sal:1.6a</small>			
<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>			
<i>Arroz blanco con salsa de tomate natural</i>	<i>Lentejas estofadas</i>	<i>Crema de zanahoria</i>	<i>Sopa de cocido</i>	<i>Patatas a la Riojana</i>			
<i>Caballa en escabeche con cebolla pochada</i>	<i>Tortilla de patata con ensalada</i>	<i>Cordon Bleu con ensalada</i>	<i>Cocido completo</i>	<i>Medallón de merluza en salsa verde</i>			
<i>Lácteo</i> <small>640,0Kcal - Prot:24,9g - Lip:24,2g - HC:79,1g AGS:7.1a - Azúcares:24.0a - Sal:1.8a</small>	<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>560,5Kcal - Prot:31,3g - Lip:13,1g - HC:75,9g AGS:2.5a - Azúcares:52.6a - Sal:2.2a</small>	<i>Lácteo</i> <small>547,8Kcal - Prot:28,0g - Lip:15,0g - HC:66,8g AGS:3.1a - Azúcares:21.5a - Sal:1.6a</small>	<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>621,7Kcal - Prot:35,8g - Lip:20,2g - HC:68,0g AGS:4.7a - Azúcares:25.2a - Sal:1.8a</small>	<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>637,3Kcal - Prot:36,3g - Lip:23,2g - HC:67,6g AGS:6.7a - Azúcares:18.7a - Sal:1.8a</small>			
<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>				
<i>Macarrones con salsa de tomate</i>	<i>Crema de calabaza</i>	<i>Fabada Asturiana</i>					
<i>Merluza en salsa al curry con ensalada</i>	<i>Albóndigas mixtas en salsa con patata dado</i>	<i>Filete de abadejo con tomate</i>					
<i>Lácteo</i> <small>482,1Kcal - Prot:31,0g - Lip:19,7g - HC:41,5g AGS:4.9a - Azúcares:18.5a - Sal:1.5a</small>	<i>Fruta fresca de temporada</i> <small>507,8Kcal - Prot:27,9g - Lip:11,5g - HC:67,7g AGS:1.9a - Azúcares:19.2a - Sal:1.4a</small>	<i>Lácteo</i> <small>642,2Kcal - Prot:32,5g - Lip:22,8g - HC:73,9g AGS:6.5a - Azúcares:25.8a - Sal:1.7a</small>					
			<b>NO LECTIVO</b>				
							<i>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.</i>