



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

01

02

03

04

05

Sopa de Arroz  
Tortilla de patata y cebolla con ensalada  
(lechuga, tomate y maíz)  
Fruta 4ª gama  
Pan integral ecológico  
Kcal 648,07 Prot 15,10 Lip 25,87 HC 88,71

Lentejas con zanahoria ecológicas  
Palometa con salsa de tomate y ensalada  
(lechuga y zanahoria)  
Fruta fresca  
Pan blanco ecológico  
Kcal 621,13 Prot 22,18 Lip 22,68 HC 82,07

06

07

08

09

10

Patatas guisadas ecológicas  
Bacalao empanado con ensalada (lechuga y tomate)  
Fruta fresca  
Pan blanco ecológico  
Kcal 673,28 Prot 18,34 Lip 22 HC 95,66

Garbanzos con verduras  
Huevo cocido con pisto  
Fruta fresca  
Pan integral ecológico  
Kcal 679,18 Prot 23,99 Lip 26,32 HC 80,63

Ensalada variada con queso fresco (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y queso fresco)  
Paella de verduras  
Yogur  
Pan blanco ecológico  
Kcal 646,71 Prot 20,08 Lip 23,28 HC 87,19

Lentejas castellanas ecológicas  
Tortilla de patatas y atún con ensalada (lechuga, zanahoria y maíz)  
Fruta fresca  
Pan integral ecológico  
Kcal 672,68 Prot 20,56 Lip 26,12 HC 80,96

11

12

13

14

15

Sopa de puchero ecológica  
Tortilla de patatas y cebolla con ensalada (lechuga y maíz)  
Piña en su jugo  
Pan blanco ecológico  
Kcal 649,17 Prot 15,41 Lip 20,78 HC 91,86

Macarrones con salsa de tomate ecológicos  
Merluza en salsa de almendras con verduras salteadas  
Fruta fresca  
Pan integral ecológico  
Kcal 638,9 Prot 25,53 Lip 20,83 HC 82,46

Alubias blancas con verduras  
Tortilla francesa con ensalada (lechuga, zanahoria y tomate)  
Fruta 4ª gama  
Pan blanco ecológico  
Kcal 617,12 Prot 21,18 Lip 19,47 HC 82,68

Gazpacho ecológico  
Albóndigas mixtas de ternera y cerdo en salsa española con arroz pilaf ecológico  
Fruta fresca  
Pan integral ecológico  
Kcal 678,64 Prot 16,48 Lip 26,92 HC 89,86

Ensalada variada con atún (lechuga, tomate, maíz, zanahoria, atún en aceite escurrido)  
Lentejas caseras ecológicas  
Fruta fresca  
Pan blanco ecológico  
Kcal 673,62 Prot 23,46 Lip 25,50 HC 82,79

16

17

18

19

20

Arroz con salsa de tomate ecológico  
Tortilla de patatas y calabacín con ensalada (lechuga, zanahoria y maíz)  
Fruta fresca  
Pan blanco ecológico  
Kcal 709,92 Prot 15,76 Lip 23,69 HC 102,32

Ensalada mixta (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceitunas)  
Potaje de garbanzos  
Yogur  
Pan integral ecológico  
Kcal 669,03 Prot 21,39 Lip 24,98 HC 80,57

Coditos con salsa de tomate ecológicos  
Palometa en salsa de puerros con menestra de verduras  
Fruta fresca  
Pan blanco ecológico  
Kcal 639,68 Prot 25,28 Lip 19,66 HC 86,76

Salmorejo ecológico  
Salchichas frescas de ave al horno con patatas panaderas ecológicas  
Fruta 4ª gama  
Pan integral ecológico  
Kcal 664,5 Prot 20,3 Lip 24,31 HC 86,89

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30