



|  |   |  |  |   |
|--|---|--|--|---|
|  |   |  |  | <b>VIERNES 01</b><br>FESTIVO  |
| <b>LUNES 04</b><br>ARROZ A LA MILANESA<br>SALCHICHAS FRANKFURT CON<br>ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ<br>FRUTA<br>PAN<br>952,80 Kcal - HC: 96,30 g - G: 50,53 g<br>Pr: 28,25 g                        | <b>MARTES 05</b><br>COCIDO ANDALUZ<br>VARITAS DE MERLUZA<br>TOMATE ALIÑADO<br>YOGUR<br>PAN<br>1003,61 Kcal - HC: 103,46 g - G: 49,98 g -<br>Pr: 35,04 g   | <b>MIÉRCOLES 06</b><br>SOPA DE PESCADO<br>POLLO ASADO<br>PATATAS FRITAS<br>FRUTA<br>PAN<br>540,00 Kcal - HC: 70,09 g - G: 18,02 g -<br>Pr: 22,68 g                       | <b>JUEVES 07</b><br>PURÉ DE VERDURAS<br>LOMO A LA PLANCHA<br>ARROZ SALTEADO<br>NATILLAS DE VAINILLA<br>PAN<br>758,09 Kcal - HC: 90,50 g - G: 29,16 g -<br>Pr: 33,83 g          | <b>VIERNES 08</b><br>MACARRONES CON TOMATE<br>CALAMARES REBOZADOS<br>ENSALADA LECHUGA Y ZANAHORIA<br>FRUTA<br>PAN<br>907,79 Kcal - HC: 101,40 g - G:<br>43,81 g - Pr: 26,96 g |
| <b>LUNES 11</b><br>CREMA DE HORTALIZAS<br>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA<br>ARROZ SALTEADO<br>FRUTA<br>PAN<br>654,64 Kcal - HC: 76,21 g - G: 24,62 g -<br>Pr: 32,36 g                              | <b>MARTES 12</b><br>PATATAS CON MAGRO<br>MERLUZA EMPANADA<br>ENSALADA MIXTA<br>YOGUR<br>PAN<br>831,97 Kcal - HC: 92,65 g - G: 35,67 g -<br>Pr: 31,52 g  | <b>MIÉRCOLES 13</b><br>CODITOS CON ATÚN<br>TORTILLA FRANCESA CON JAMON<br>ENSALADA DE LECHUGA<br>FRUTA<br>PAN<br>770,86 Kcal - HC: 87,63 g - G: 34,65 g -<br>Pr: 27,25 g | <b>JUEVES 14</b><br>SOPA DE AVE CON FIDEOS<br>MAGRO CON TOMATE<br>PATATAS DADO<br>YOGUR<br>PAN<br>784,12 Kcal - HC: 90,89 g - G: 23,55 g -<br>Pr: 48,53 g                      | <b>VIERNES 15</b><br>JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS<br>TILAPIA A LA PLANCHA<br>ENSALADA VARIADA<br>FRUTA<br>PAN<br>703,00 Kcal - HC: 75,24 g - G: 29,94<br>g - Pr: 33,27 g          |
| <b>LUNES 18</b><br>CREMA DE CALABACÍN<br>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO<br>PATATAS FRITAS<br>FRUTA<br>PAN<br>558,27 Kcal - HC: 71,44 g - G: 19,84 g -<br>Pr: 21,83 g                               | <b>MARTES 19</b><br>PAELLA DE VERDURAS<br>FILETE DE PANGA A LA PLANCHA<br>ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y<br>REMOLACHA<br>YOGUR<br>PAN<br>750,72 Kcal - HC: 103,03 g - G: 24,09 g -<br>Pr: 30,38 g | <b>MIÉRCOLES 20</b><br>LENTEJAS ESTOFADAS<br>TORTILLA DE PATATAS CON JAMÓN<br>TOMATE ALIÑADO<br>FRUTA<br>PAN<br>844,59 Kcal - HC: 84,31 g - G: 43,06 g -<br>Pr: 30,15 g  | <b>JUEVES 21</b><br>JORNADA GASTRONÓMICA MADRILEÑA<br>SOPA DE COCIDO<br>COCIDO COMPLETO<br>NATILLAS CASERAS<br>PAN<br>711,78 Kcal - HC: 100,49 g - G: 18,44 g - Pr:<br>32,47 g | <b>VIERNES 22</b><br>ESPAGUETIS A LA CARBONARA<br>CALAMARES A LA ANDALUZA<br>ENSALADA MIXTA<br>FRUTA<br>PAN<br>761,25 Kcal - HC: 92,11 g - G: 30,70<br>g - Pr: 29,11 g        |
| <b>LUNES 25</b><br>CAZUELA DE PATATAS CON PESCADO<br>TORTILLA FRANCESA CON QUESO Y JAMÓN<br>ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ<br>FRUTA<br>PAN<br>621,32 Kcal - HC: 60,89 g - G: 32,14 g -<br>Pr: 22,35 g | <b>MARTES 26</b><br>JUDIAS BLANCAS CON CHORIZO<br>TILAPIA A LA ANDALUZA<br>VERDURAS SALTEADAS<br>YOGUR<br>PAN<br>938,33 Kcal - HC: 92,12 g - G: 46,11 g -<br>Pr: 38,79 g                            | <b>MIÉRCOLES 27</b><br>MACARRONES A LA ITALIANA<br>JAMÓN AL HORNO<br>ENSALADA MIXTA<br>FRUTA<br>PAN<br>673,15 Kcal - HC: 93,65 g - G: 20,09 g -<br>Pr: 29,74 g           | <b>JUEVES 28</b><br>CREMA DE ZANAHORIA<br>SALCHICHAS FRESCAS<br>PURÉ DE PATATAS<br>FLAN DE VAINILLA<br>PAN<br>798,49 Kcal - HC: 76,35 g - G: 42,80 g<br>- Pr: 26,86 g          | <b>VIERNES 29</b><br>LENTEJAS CON VERDURAS<br>FILETE DE FOGONERO AL HORNO<br>ENSALADA DE LECHUGA<br>FRUTA<br>PAN<br>634,79 Kcal - HC: 77,23 g - G: 22,54<br>g - Pr: 29,92 g   |