

Lunes
Monday

Tuesday
Martes

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

Friday
Viernes



*Corresponde al sodio que forma parte de los alimentos de forma natural

Azúcar: 19,8 g
AGS: 7,9 g
Sal* (g): 1,3 g

MIÉRCOLES 1

ARROZ BLANCO CON TOMATE
PESCADO CON CROQUETAS
LACTEO

Hid. 98 Prot. 35 Lip. 27 Kcal. 780

JUEVES 2

PURE DE VERDURAS
POLLO ASADO CON PATATAS
FRUTA

Hid. 75 Prot. 28 Lip. 28 Kcal. 691

VIERNES 3

MACARRONES BOLOGNESE
TORTILLA DE ATUN CON ENSALADA
LACTEO

Hid. 87 Prot. 36 Lip. 22 Kcal. 696

LUNES 6

SOPA DE COCIDO
FILETES RUSOS CON PATATAS
FRUTA

Hid. 77 Prot. 33 Lip. 40 Kcal. 817

MARTES 7

JUDIAS VERDES REHOGADAS
PECHUGAS CON CALABACIN
LACTEO

Hid. 51 Prot. 40 Lip. 25 Kcal. 601

MIÉRCOLES 8

CREMA DE CALABAZA
PESCADO CON ENSALADA
LACTEO

Hid. 54 Prot. 27 Lip. 21 Kcal. 520

JUEVES 9

PAELLA MIXTA
LOMO ADOBADO CON PATATAS
FRUTA

Hid. 100 Prot. 35 Lip. 41 Kcal. 925

VIERNES 10

POTAJE DE VIGILIA
TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA
FRUTA

Hid. 74 Prot. 29 Lip. 23 Kcal. 645

LUNES 13

CANELONES ROSSINI
LOMO CON ENSALADA
FRUTA

Hid. 62 Prot. 39 Lip. 45 Kcal. 826

MARTES 14

PURE DE LEGUMBRES
ESCALOPINES CON PATATAS
FRUTA

Hid. 75 Prot. 45 Lip. 27 Kcal. 763

MIÉRCOLES 15

ARROZ CON TOMATE
HUEVOS CON SALCHICHAS
LACTEO

Hid. 94 Prot. 36 Lip. 42 Kcal. 901

JUEVES 16

MACARRONES CON PICADILLO
ALBONDIGAS CON PATATAS
FRUTA

Hid. 100 Prot. 29 Lip. 36 Kcal. 870

VIERNES 17

PATATAS BRAVAS
PESCADO CON ENSALADA
LACTEO

Hid. 96 Prot. 39 Lip. 46 Kcal. 968

LUNES 20

SOPA DE COCIDO
FILETE POLLO CON PATATAS
FRUTA

Hid. 78 Prot. 36 Lip. 27 Kcal. 714

MARTES 21

PURE DE VERDURAS
SOLOMILLO CON CALABACIN
FRUTA

Hid. 57 Prot. 38 Lip. 22 Kcal. 597

MIÉRCOLES 22

ESPAGUETIS AL AJILLO
PESCADO CON ENSALADA
LACTEO

Hid. 86 Prot. 33 Lip. 26 Kcal. 723

JUEVES 23

LENTEJAS ESTOFADAS
CARNE GUISADA CON DADOS
LACTEO

Hid. 83 Prot. 49 Lip. 32 Kcal. 845

VIERNES 24

FIDEUA DE CARNE
HUEVOS RELLENOS
FRUTA

Hid. 77 Prot. 39 Lip. 28 Kcal. 725

LUNES 27

CREMA DE PUERROS
FILETES RUSOS CON PATATAS
FRUTA

Hid. 64 Prot. 37 Lip. 41 Kcal. 789

MARTES 28

ARROZ CON TOMATE
HUEVOS CON SALCHICHAS
LACTEO

Hid. 94 Prot. 36 Lip. 42 Kcal. 901

MIÉRCOLES 29

CODITOS CON TOMATE
LOMO RIOJANA CON CHAMPIÑONES
LACTEO

Hid. 86 Prot. 41 Lip. 37 Kcal. 852

JUEVES 30

PATATAS CON COSTILLA
POLLO ASADO CON ENSALADA
LACTEO

Hid. 65 Prot. 34 Lip. 24 Kcal. 615

VIERNES 31

PURE DE LEGUMBRES
PESCADO A LA ROMANA
FRUTA

Hid. 64 Prot. 39 Lip. 29 Kcal. 693