

Lunes
Monday

Tuesday
Martes

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

Friday
Viernes

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES 1

JUEVES 2

VIERNES 3

DIA DE TODOS LOS SANTOS

Puré de verduras
Escalopines con patatas
Fruta

Coditos con tomate
Filete de pollo con calabacín
Lácteo

Hid. Prot. Lip. Kcal.

Hid. Prot. Lip. Kcal.

Hid. Prot. Lip. Kcal.

Hid. 105 Prot. 45 Lip. 25 Kcal. 822

Hid. 80 Prot. 50 Lip. 18 Kcal. 684

LUNES 6

MARTES 7

MIÉRCOLES 8

JUEVES 9

VIERNES 10

Arroz a la cubana
Huevo, salchichas y patatas
Fruta

Lentejas estofadas
Lomo al ajillo con ensalada
Lácteo

Crema de calabaza
Filetes rusos con patatas
Fruta

Espaguetis boloñesa
Pescado con ensalada
Lácteo

Sopa de cocido
Pollo asado con patatas
Fruta

Hid. 122 Prot. 30 Lip. 52 Kcal. 999

Hid. 79 Prot. 58 Lip. 38 Kcal. 889

Hid. 95 Prot. 33 Lip. 48 Kcal. 958

Hid. 73 Prot. 37 Lip. 25 Kcal. 667

Hid. 88 Prot. 43 Lip. 23 Kcal. 728

LUNES 13

MARTES 14

MIÉRCOLES 15

JUEVES 16

VIERNES 17

Puré de verduras
Albóndigas con patatas
Fruta

Fideua
Escalopines con ensalada
Lácteo

Alubias blancas con chorizo
Pechuga de pollo con cortezas
Fruta

Patatas guisadas
Solomillo con ensalada
Fruta

Macarrones con picadillo
Pescado con ensalada
Lácteo

Hid. 102 Prot. 27 Lip. 54 Kcal. 998

Hid. 73 Prot. 43 Lip. 27 Kcal. 708

Hid. 98 Prot. 55 Lip. 31 Kcal. 891

Hid. 91 Prot. 34 Lip. 38 Kcal. 840

Hid. 79 Prot. 45 Lip. 28 Kcal. 714

LUNES 20

MARTES 21

MIÉRCOLES 22

JUEVES 23

VIERNES 24

Canelones Rossini
Lomo con ensalada
Fruta

Crema de calabacín
Muslo de pollo con patatas
Lácteo

Judías verdes rehogadas
Hamburguesa con patatas dado
Fruta

Crema de legumbres
Pescado con ensalada
Fruta

Arroz a la cubana
Huevo con salchichas
Lácteo

Hid. 58 Prot. 56 Lip. 39 Kcal. 817

Hid. 77 Prot. 52 Lip. 41 Kcal. 879

Hid. 89 Prot. 25 Lip. 43 Kcal. 849

Hid. 77 Prot. 30 Lip. 13 Kcal. 545

Hid. 89 Prot. 33 Lip. 62 Kcal. 999

LUNES 27

MARTES 28

MIÉRCOLES 29

JUEVES 30

Sopa de cocido
Filete de pollo con patatas
Fruta

Lentejas estofadas
Albóndigas en salsa verde
Fruta

Crema de verduras
Lomo con patatas
Lácteo

Macarrones con tomate
Pescado con ensalada
Lácteo

MEDIA SAL: 1,8 G
MEDIA AZUCAR: 19,5 G
MEDIA AGS: 8,8 G

Hid. 88 Prot. 43 Lip. 23 Kcal. 728

Hid. 104 Prot. 39 Lip. 39 Kcal. 919

Hid. 112 Prot. 50 Lip. 25 Kcal. 868

Hid. 112 Prot. 44 Lip. 25 Kcal. 846

Hid. Prot. Lip. Kcal.