

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7
10 1º Pasta gratinada con tomate o Pasta con atún 2º Albóndigas de pescado G: Zanahoria baby Yogur o fruta  Kcal. 431 Prot. 11 Lip.22 HC.42	11 <b>Día Vegetariano</b> 1º Crema de verduras o Sopa de verduras 2º Revuelto con champiñón G: Calabacín Bizcocho o Fruta Pan integral Kcal. 714 Prot. 45 Lip. 32 HC. 76	12 1º Brócoli rehogado o Crema de brócoli 2º Hamburguesa G: Espaguetis <b>ECOLÓGICO</b> Fruta variada  Kcal. 768 Prot.38 Lip. 32 HC. 76	13 1º Garbanzos guisados o Ensalada de garbanzos 2º Salchichas tipo Frankfurt G: Ensalada mixta Fruta variada  Kcal. 670 Prot. 35 Lip. 17 HC.87	14 1º Arroz con tomate o Arroz 3 delicias con salsa agridulce 2º Pollo asado en su jugo G: Puré de manzana Fruta variada  Kcal. 830 Prot. 32 Lip. 28 HC.105
17 1º Crema de coliflor con queso o Coliflor rehogada 2º San Jacobo G: Patata al horno Fruta variada  Kcal. 759 Prot. 43 Lip. 31 HC.68	18 1º Macarrones <b>ECOLÓGICOS</b> con tomate o Macarrones <b>ECOLÓGICOS</b> con verduras 2º Delicias de merluza G: Calabaza salteada Fruta variada o yogur Pan integral Kcal. 717 Prot. 44 Lip. 23 HC.75	19 1º Alubias guisadas o Crema de alubias 2º Pechuga de pollo empanada G: Tomates al horno Fruta <b>ECOLÓGICA</b>  Kcal.575 Prot. 28 Lip. 20 HC.64	20 <b>Día Vegetariano</b> 1º Crema de calabaza o Menestra 2º Huevos revueltos con queso G: Patatas fritas Fruta variada y quesito  Kcal.625 Prot. 32 Lip. 20 HC.74	21 1º Judías verdes con tomate o Espinacas rehogadas 2º Canelones de atún G: Ensalada mixta Fruta variada  Kcal. 717 Prot. 30 Lip. 25 HC. 88
24 1º Paella mixta o Paella de verduras 2º Merluza a la portuguesa G: Salteado de verduras Fruta <b>ECOLÓGICA</b>  Kcal. 598 Prot. 17 Lip. 15 HC. 89	25 1º Garbanzos estofados o Ensalada de garbanzos 2º Tortilla francesa con jamón G: Calabacín <b>ECOLÓGICO</b> G: Fruta variada Pan integral Kcal. 365 Prot. 34 Lip.27 HC.57	26 <b>Día Vegetariano</b> 1º Crema de calabacín o Sopa de cebolla 2º Pasta con verduras G: Guisantes Petit suisse o Fruta variada  Kcal. 788 Prot. 35 Lip. 32 HC. 85	27 1º Pasta <b>ECOLÓGICA</b> con jamón y queso o Sopa de ave <b>ECOLÓGICA</b> 2º Delicias de bacalao G: Pisto Fruta Pan integral Kcal. 730 Prot. 35 Lip. 30 HC.77	28 1º Lentejas guisadas o Crema de lentejas 2º Albóndigas mixtas G: Puré de patatas Yogur o fruta variada  Kcal. 496 Prot. 21 Lip. 26 HC.41
31 <b>Jornada Francesa</b> 1º Soupe au pistou 2º Quiche Lorraine G: Ensalada mixta Bizcocho o Fruta variada  Kcal. 506 Prot. 25 Lip. 21 HC. 49				

