

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>2</b></p> <p>(C) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla)</p> <p>(C) ABADEJO A LA RIOJANA (tomate, pimiento, cebolla, aceite, ajo)</p> <p>(C) PATATAS FRITAS</p> <p>(C) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(C) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 553,60 Prot: 21,28g Hidrat: 79,80g Grasas: 16,97g Sat: 2,00g Azúc: 18,76g Sal: 1,35g</p>	<p><b>3</b></p> <p>(C) LENTEJAS CON CHORIZO (patata, j.verdes, pimiento, zanahoria, cebolla)</p> <p>(C) POLLO EMPANADO</p> <p>(C) MENESTRA VERDURA COCIDA (coliflor, zanahoria, alcahofa, j.verdes)</p> <p>(C) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(C) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 544,80 Prot: 29,01g Hidrat: 96,61g Grasas: 35,45g Sat: 2,88g Azúc: 10,47g Sal: 1,68g</p>	<p><b>4</b></p> <p>(C) COCIDO CON VERDURAS Y POLLO (patata, j.verdes, apio, puerros, zanahoria)</p> <p>(C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO</p> <p>(C) ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA</p> <p>(C) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(C) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 622,64 Prot: 24,02g Hidrat: 87,78g Grasas: 19,62g Sat: 2,80g Azúc: 13,55g Sal: 3,33g</p>	<p><b>5</b></p> <p>(C) SOPA DE PICADILLO (huevo, pollo, pasta...)</p> <p>(C) LOMO HORNO EN SU SALSA (ajo, cebolla, zanahoria, h.provenzales)</p> <p>(C) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA</p> <p>(C) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(C) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 612,64 Prot: 25,66g Hidrat: 76,11g Grasas: 30,84g Sat: 9,28g Azúc: 18,67g Sal: 2,04g</p>	<p><b>6</b></p>
<p><b>9</b></p>	<p><b>10</b></p> <p>(C) COCIDO CON VERDURAS Y POLLO (patata, j.verdes, apio, puerros, zanahoria)</p> <p>(C) EMPANADILLAS DE ATÚN</p> <p>(C) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA</p> <p>(C) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(C) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 748,99 Prot: 23,48g Hidrat: 101,44g Grasas: 28,83g Sat: 1,88g Azúc: 10,05g Sal: 1,89g</p>	<p><b>11</b></p> <p>(C) MACARRONES BOLOÑESA (carne picada, cebolla, aceite, sal, orégano)</p> <p>(C) TORTILLA FRANCESA AL HORNO</p> <p>(C) GUARNICIÓN ZANAHORIAS BABY</p> <p>(C) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(C) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 689,04 Prot: 21,54g Hidrat: 91,34g Grasas: 30,90g Sat: 5,73g Azúc: 20,38g Sal: 2,62g</p>	<p><b>12</b></p> <p>(C) CREMA DE VERDURAS (patata, puerro, cebolla, aceite)</p> <p>(C) ASADILLO JAMONCITOS DE POLLO (champiñón, zanahoria, pimiento)</p> <p>(C) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(C) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 605,05 Prot: 23,16g Hidrat: 82,45g Grasas: 20,77g Sat: 3,14g Azúc: 25,26g Sal: 1,20g</p>	<p><b>13</b></p> <p>(C) GUISILLO DE TERNERA (guisante, cebolla, patata, pimiento)</p> <p>(C) CROQUETAS DE JAMÓN FRITAS</p> <p>(C) ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, TOMATE</p> <p>(C) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(C) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 662,00 Prot: 24,39g Hidrat: 88,85g Grasas: 24,07g Sat: 5,61g Azúc: 27,85g Sal: 2,38g</p>
<p><b>16</b></p> <p>(C) CODITOS CON TOMATE, HUEVO Y ATÚN</p> <p>(C) ENS. LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS, ZANAHORIAS, QUESO</p> <p>(C) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(C) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 653,40 Prot: 20,12g Hidrat: 90,86g Grasas: 23,65g Sat: 5,21g Azúc: 15,58g Sal: 1,59g</p>	<p><b>17</b></p> <p>(C) CAZUELA DE ARROZ CON POLLO (tomate, guisante, ajos)</p> <p>(C) MERLUZA REBOZADA</p> <p>(C) ENSALADA, LECHUGA, ACEITUNAS, REMOLACHA</p> <p>(C) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(C) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 631,05 Prot: 25,45g Hidrat: 91,42g Grasas: 18,32g Sat: 3,63g Azúc: 9,35g Sal: 2,54g</p>	<p><b>18</b></p> <p>(C) ENSALADA COMPLETA (cherry, huevo, lechuga, queso, aceituna, aceite)</p> <p>(C) HAMBURGUESA COMPLETA (queso edam, ketchup)</p> <p>(C) PATATAS FRITAS</p> <p>(C) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(C) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 694,85 Prot: 26,36g Hidrat: 76,19g Grasas: 31,00g Sat: 10,11g Azúc: 16,87g Sal: 3,15g</p>	<p><b>19</b></p> <p>(C) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla)</p> <p>(C) LOMO ENCEBOLLADO CON MIEL (cebolla, aceite, ajo, pimienta, sal)</p> <p>(C) PATATAS FRITAS</p> <p>(C) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(C) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 654,94 Prot: 19,81g Hidrat: 90,41g Grasas: 32,24g Sat: 8,50g Azúc: 27,87g Sal: 1,50g</p>	<p><b>20</b></p> <p>(C) LENTEJAS CON ARROZ (tomate, pimiento, patata, j.verdes ...)</p> <p>(C) TORTILLA DE PATATAS CON ESPINACAS AL HORNO</p> <p>(C) MENESTRA VERDURA COCIDA (coliflor, zanahoria, alcahofa, j.verdes)</p> <p>(C) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(C) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 743,90 Prot: 24,92g Hidrat: 100,26g Grasas: 23,24g Sat: 2,79g Azúc: 22,04g Sal: 1,67g</p>
<p><b>23</b></p>	<p><b>24</b></p>	<p><b>25</b></p>	<p><b>26</b></p>	<p><b>27</b></p>
<p><b>30</b></p>	<p><b>31</b></p>	<p><b>4</b></p>	<p><b>5</b></p>	<p><b>13</b></p>

GLUTEN
HUEVO
PESCADO
MOLUSCO
SOJA
ALTRAMUCES
LECHE
SÉSAMO
FRUTOS DE CÁSCARA
APIO
MOSTAZA
SULFITOS
CACAHUETE
CRUSTÁCEOS