

| Lunes   | Martes   | Miércoles   | Jueves   | Viernes   | Sábado  | Domingo  | I. Nutricional                            |
|---|--|---|--|---|---|--|---|
| <b>1</b><br>Arroz a la milanesa<br>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)              | <b>2</b><br>Sopa de pasta<br>Albóndigas de atún en salsa verde<br>Postre lácteo y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)                                 | <b>3</b><br>Alubias estofadas con verduras<br>Bistec de magro a la plancha con ensalada de lechuga y tomate<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos)            | <b>4</b><br>Judías verdes con patatas<br>Pollo al horno con manzana y cebolla<br>Fruta y pan<br>(* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta)                         | <b>5</b><br>Patatas a la riojana<br>Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)  | <b>6</b><br>(**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)   | <b>7</b><br>(**) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)    | Kcl: 610<br>HC: 83<br>Prot: 28<br>Lip: 20 |
| <b>8</b><br>Macarrones con salsa de tomate<br>Merluza a la romana con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos)       | <b>9</b><br>Lentejas estofadas con verduras<br>Pollo en pepitoria con ensalada de lechuga y tomate<br>Postre lácteo y pan<br>(* 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Fruta) | <b>10</b><br>Salteado de acelgas con bacon<br>Escalope de cerdo con ensalada tropical<br>Fruta y pan<br>(* 1º Legumbres 2º Pescado con Arroz y Lácteos)                               | <b>11</b><br><b>NO LECTIVO</b><br>(**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)                                 | <b>12</b><br><b>FESTIVO</b><br>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta<br>(* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos)                          | <b>13</b><br>(**) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta<br>(* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos)    | <b>14</b><br>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta<br>(* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)    | Kcl: 614<br>HC: 95<br>Prot: 33<br>Lip: 22 |
| <b>15</b><br>Judías verdes con patatas<br>Delicias de bacalao con ensalada de lechuga<br>Fruta y pan<br>(* 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Lácteos)                   | <b>16</b><br>Garbanzos estofados<br>Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz<br>Postre lácteo y pan<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)     | <b>17</b><br>Sopa de cocido con pasta<br>Albóndigas en salsa con patatas dado<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)   | <b>18</b><br>Marmitako de atún<br>Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos) | <b>19</b><br>Arroz con verduras<br>Filete de merluza a la andaluza con tomate provenzal<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos) | <b>20</b><br>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta<br>(* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos) | <b>21</b><br>(**) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta<br>(* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos) | Kcl: 591<br>HC: 80<br>Prot: 27<br>Lip: 19 |
| <b>22</b><br>Tallarines con salsa de tomate con verduritas<br>Tortilla francesa con ensalada tropical<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos) | <b>23</b><br>Crema de calabacín<br>Escalopines de ternera en salsa con arroz pilaf<br>Postre lácteo y pan<br>(* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta)              | <b>24</b><br>Paella mixta<br>Merluza rebozada con limón con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)                                  | <b>25</b><br>Borrajá a la aragonesa<br>San Jacobo con ensalada de tomate<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)                         | <b>26</b><br>Alubias pintas estofadas<br>Pollo asado con pimientos<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)                    | <b>27</b><br>(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta)    | <b>28</b><br>(**) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos<br>(* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)    | Kcl: 608<br>HC: 77<br>Prot: 31<br>Lip: 21 |
| <b>29</b><br>Coditos a la napolitana<br>Magro en salsa con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)                   | <b>30</b><br>Garbanzos con espinacas<br>Tortilla francesa con ensalada de lechuga<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)                        | <b>31</b><br>Arroz con salsa de tomate<br>Croquetas de jamón con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria)<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos) |  |   |   |  | Kcl: 614<br>HC: 82<br>Prot: 33<br>Lip: 18 |