

1  
 1 2 3 4 9 14  
 Crema de hortalizas  
 Albóndigas a la jardinera  
 Ensalada mixta  
 Pan  
 Trampantojo de huevo  
 560,7Kcal - Prot:18,1g - Lip:20,0g - HC:73,5g

1  
 1 3 4  
 Paella de verduras  
 Merluza a la andaluza  
 Ensalada de lombarda  
 Pan integral  
 Fruta fresca  
 619,8Kcal - Prot:25,3g - Lip:15,6g - HC:90,2g

2  
 1 2 3 4 8 9 10 11 12 14  
 Canelones de atún bella aurora gratinados  
 Filete de aguja en su jugo  
 Ensalada  
 Pan  
 Fruta fresca  
 731,3Kcal - Prot:26,3g - Lip:43,5g - HC:55,8g

3  
 1 2 3 4 8 9 14  
 Fabada asturiana  
 Huevos rellenos  
 Ensalada de pepino  
 Pan integral  
 Fruta fresca  
 597,2Kcal - Prot:22,4g - Lip:24,8g - HC:62,4g

4  
 1 2 12 14  
 Sopa de ave con fideos  
 Pollo al ajillo con patatas  
 Ensalada variada de maíz  
 Pan  
 Yogur natural azucarado  
 534,0Kcal - Prot:23,4g - Lip:17,0g - HC:68,7g

8  
 1 2 3 4 5 6 9 14  
 Arroz a banda  
 Lomo adobado  
 Ensalada tropical  
 Pan  
 Fruta fresca  
 579,9Kcal - Prot:24,1g - Lip:12,2g - HC:91,1g

9  
 1 2 3 9 14  
 Crema de calabacín  
 Asado de pollo  
 Ensalada huertana  
 Pan integral  
 Batido de plátano y manzana  
 610,5Kcal - Prot:31,7g - Lip:21,2g - HC:67,6g

10  
 3 4 14  
 Lentejas con jamón  
 Huevos rotos  
 Ensalada mixta  
 Pan  
 Fruta fresca  
 597,4Kcal - Prot:28,4g - Lip:17,7g - HC:75,2g

11  
 1 2 3 4 9 14  
 Macarrones boloñesa  
 Bacaladilla a la andaluza  
 Ensalada de pepino  
 Pan integral  
 Yogur de fresa  
 738,2Kcal - Prot:35,8g - Lip:25,8g - HC:87,2g



15  
 3 4 12 14  
 Guiso de caella  
 Tortilla francesa casera  
 Ensalada de apio  
 Pan  
 Fruta fresca  
 463,0Kcal - Prot:20,9g - Lip:16,0g - HC:54,5g

16  
 1 2 3 9 14  
 Olla gitana  
 Pechuga de pollo a la plancha  
 Ensalada del chef  
 Pan integral  
 Fruta fresca  
 565,0Kcal - Prot:33,8g - Lip:15,0g - HC:65,7g

17  
 1 2 4 14  
 Arroz con pavo  
 Boquerones a la andaluza  
 Ensalada  
 Pan  
 Yogur natural azucarado  
 703,9Kcal - Prot:30,1g - Lip:22,9g - HC:93,3g

18  
 1 2 3 9 14  
 Hervido de verduras  
 Carrillera en salsa con patatas  
 Ensalada de lombarda  
 Pan integral  
 Fruta fresca  
 713,2Kcal - Prot:17,8g - Lip:43,6g - HC:55,1g

19  
 1 2 3 9 14  
 Espaguetis con chorizo  
 San jacob  
 ensalada de col  
 Pan  
 Macedonia de frutas  
 818,3Kcal - Prot:16,5g - Lip:34,0g - HC:106,0g

22  
 1 4 14  
 Lentejas con verduras  
 Fish and chips  
 Ensalada de tallos  
 Pan  
 Fruta fresca  
 605,9Kcal - Prot:30,4g - Lip:14,7g - HC:81,4g

23  
 1 2 3 4 9 14  
 ensalada de pasta  
 Cuartos traseros de pollo  
 Ensalada  
 Pan integral  
 Yogur de macedonia  
 706,0Kcal - Prot:36,8g - Lip:26,2g - HC:75,8g

24  
 1 2 3 9 12 14  
 Sopa de cocido con fideos  
 Cocido completo  
 Ensalada verde  
 Pan  
 Fruta fresca  
 629,8Kcal - Prot:22,0g - Lip:21,1g - HC:81,6g

25  
 3 14  
 Estofado de ternera  
 Tortilla de patata  
 Ensalada huertana  
 Pan integral  
 Naranja Preparada  
 594,3Kcal - Prot:25,4g - Lip:27,7g - HC:55,7g

26  
 1 4 5 6 14  
 Paella de marisco  
 Tosta de salmorejo con caballa  
 Ensalada de aceitunas  
 Pan  
 Fruta fresca  
 693,3Kcal - Prot:21,3g - Lip:19,3g - HC:105,5g

29  
 1 2 3 4 5 9 14  
 Espaguetis napolitana  
 calamar a la sevillana  
 Ensalada con atún  
 Pan  
 Fruta fresca  
 580,3Kcal - Prot:17,6g - Lip:16,8g - HC:85,7g

30  
 1 2 3 4 9 14  
 Alubias con chorizo  
 Fletan al horno  
 Ensalada con maíz  
 Pan integral  
 Fruta fresca  
 562,0Kcal - Prot:29,9g - Lip:17,8g - HC:61,6g

31  
 1 2 4 14  
 Crema de zanahoria  
 Pollo al limon  
 Ensalada de pepino  
 Pan  
 Yogur natural azucarado  
 517,7Kcal - Prot:23,6g - Lip:18,1g - HC:61,6g