

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 - Vichyssoise .Filete de contramuslo de pollo con daditos de zanahoria c/ Ensalada v Pan y Fruta Natural Kcal:610 Prot:27,3 Lip:24,3 HC:73,6
- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla .Filete de merluza a la Gallega c/ Ensalada variada Pan y Postre Lácteo Kcal:543 Prot:29,3 Lip:13,1 HC:79,1	- Día 7 - .Lentejas estofadas con verduras *Salchichas frescas al ajillo con zanahoria c/ Ensalada variada Pan y Fruta Natural Kcal:757 Prot:32,1 Lip:27,6 HC:96,5	- Día 8 - .Sopa Castellana .Hamburguesa Burger Meat con cebolla caramelizada c/ Ensalada variada Pan y Postre Lácteo Kcal:703 Prot:26,5 Lip:24,6 HC:89,7	- Día 9 - *Judias verdes con patata, zanahoria y tomate .Filete de contramuslo de pollo con daditos de calabacín c/ Ensalada v Pan y Fruta Natural Kcal:512 Prot:25,9 Lip:15,8 HC:75,2	- Día 10 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo c/ Ensalada variada Pan y Fruta Natural Kcal:636 Prot:28 Lip:21,1 HC:89
- Día 13 - .Lentejas estofadas con verduras .Huevos cocidos con tomate y atún c/ Ensalada variada Pan y Fruta Natural Kcal:679 Prot:33,7 Lip:19,7 HC:94,4	- Día 14 - *Crema de espinacas *Filete de abadejo a la italiana con daditos de calabaza c/ Ensalada v Pan y Fruta Natural Kcal:450 Prot:23,7 Lip:8,4 HC:72	- Día 15 -	- Día 16 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Española guisada en salsa c/ Ensalada variada Pan y Fruta Natural Kcal:650 Prot:25,5 Lip:15,1 HC:104,4	- Día 17 - .Menestra de verduras *Filete de pollo empanado c/ Ensalada variada Pan y Postre Lácteo Kcal:610 Prot:29,3 Lip:13,4 HC:95,1
- Día 20 - *Sopa minestrone .Albóndigas de pescado con daditos de zanahoria c/ Ensalada variada Pan y Copa de chocolate Kcal:676 Prot:29,3 Lip:17,6 HC:101,4	- Día 21 - .Patatas guisadas con verduras *Pollo asado a la naranja c/ Ensalada variada Pan y Fruta Natural Kcal:534 Prot:27,4 Lip:13,9 HC:78,5	- Día 22 - *Garbanzos estofados con chorizo .Tortilla Española c/ Ensalada variada Pan y Fruta Natural Kcal:676 Prot:28,1 Lip:19,6 HC:97,6	- Día 23 - Fideua de verduras .Cinta de lomo adobada con daditos de zanahoria c/ Ensalada variada Pan y Postre Lácteo Kcal:764 Prot:33,7 Lip:33,5 HC:84,2	- Día 24 - *Gazpacho .Pimientos del Piquillo rellenos de bacalao c/ Ensalada variada Pan y Fruta Natural Kcal:528 Prot:18,3 Lip:13,5 HC:84,9
- Día 27 - .Lentejas estofadas con verduras .Filete de abadejo en salsa con verduritas c/ Ensalada variada Pan y Fruta Natural Kcal:564 Prot:29,8 Lip:9,2 HC:93,7	- Día 28 - .Sopa de Estrellas .Tortilla de patata y calabacín c/ Ensalada variada Pan y Postre Lácteo Kcal:539 Prot:20,1 Lip:16 HC:79,5	- Día 29 - .Crema de calabaza con queso .Roti de pavo con daditos de zanahoria c/ Ensalada variada Pan y Fruta Natural Kcal:629 Prot:40,8 Lip:18 HC:78	- Día 30 - *Coditos con salsa philadelphia con oregano y gambas .Filete de merluza en salsa con tiras de pimientos c/ Ensalada variada Pan y Fruta de Temporada Kcal:675 Prot:40,6 Lip:23,3 HC:77,3	- Día 31 - .Ensaladilla Rusa .San Jacobo c/ Ensalada variada Pan y Postre Lácteo Kcal:691 Prot:25,6 Lip:18,1 HC:221,3


























































Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 - .Lentejas estofadas con verduras .Filete de merluza en salsa con daditos de calabaza Pan y Fruta Natural Kcal:431 Prot:23,6 Lip:9,6 HC:67,1
- Día 6 - .Patatas guisadas con verduras .Albóndigas Burger Meat con jardinera de verduras Pan y Yogur natural Kcal:514 Prot:20,3 Lip:24 HC:57,8	- Día 7 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Francesa Pan y Fruta Natural Kcal:487 Prot:20,6 Lip:10,1 HC:81,7	- Día 8 - .Crema de puerro .Muslitos de pollo con patatas Pan y Yogur natural Kcal:410 Prot:24,3 Lip:15,1 HC:47,8	- Día 9 - Arroz con verduras .Filete de abadejo en salsa con patatas cuadro Pan y Fruta Natural Kcal:362 Prot:14,3 Lip:7,6 HC:65,1	- Día 10 - .Sopa de Cocido Cocido madrileño sin embutidos Pan y Fruta Natural Kcal:469 Prot:22,5 Lip:9,6 HC:76,2
- Día 13 - *Arroz con champiñones .Filete de abadejo en salsa con guisantes Pan y Fruta Natural Kcal:395 Prot:14,2 Lip:12,7 HC:60,3	- Día 14 - *Crema de espinacas .Magro de cerdo con verduritas y patatas Pan y Fruta Natural Kcal:339 Prot:18 Lip:9,5 HC:48,6	- Día 15 -	- Día 16 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Francesa con jamón york Pan y Fruta Natural Kcal:495 Prot:28,3 Lip:12,1 HC:72,2	- Día 17 - .Espirales blancos salteados con verduras .Filete de merluza en salsa con daditos de calabaza Pan y Yogur natural Kcal:404 Prot:18,5 Lip:15,3 HC:51,3
- Día 20 - *Lentejas a la hortelana *Cinta de lomo adobada a la gallega Pan y Yogur natural Kcal:616 Prot:32,8 Lip:26,8 HC:64,5	- Día 21 - Arroz con verduras .Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín Pan y Fruta Natural Kcal:367 Prot:14,1 Lip:10,2 HC:59,7	- Día 22 - *Guisantes rehogados con cebolla .Tortilla Francesa Pan y Fruta Natural Kcal:391 Prot:15,3 Lip:12,3 HC:57,5	- Día 23 - .Sopa de Cocido Cocido madrileño sin embutidos Pan y Yogur natural Kcal:502 Prot:25,7 Lip:12,3 HC:75,4	- Día 24 - Farfalle rehogados con verduras .Filete de contramuslo de pollo con daditos de zanahoria Pan y Fruta Natural Kcal:467 Prot:22,4 Lip:16,4 HC:60,7
- Día 27 - .Ensalada de pasta tricolor .Filete de abadejo en salsa con verduritas Pan y Fruta Natural Kcal:369 Prot:17,2 Lip:9,6 HC:58	- Día 28 - .Sopa de Estrellas Hamburguesa de burger meat mixta encebollada Pan y Yogur natural Kcal:437 Prot:21,2 Lip:21,5 HC:43,5	- Día 29 - *Judias verdes rehogadas con zanahoria *Pollo asado con verduras Pan y Fruta Natural Kcal:340 Prot:22,7 Lip:15,5 HC:48,8	- Día 30 - .Lentejas estofadas con verduras .Tortilla Francesa con jamón york Pan y Fruta de Temporada Kcal:467 Prot:29,4 Lip:12,9 HC:61,6	- Día 31 - Arroz con calabacín Magro de cerdo en salsa con verduritas Pan y Yogur natural Kcal:466 Prot:23,9 Lip:17,1 HC:57,1



GLUTEN HUEVO PESCADO MOLUSCO SOJA ALTRAMUCOS LECHE SÉSAMO FRUTOS DE CÁSCARA APIO MOSTAZA SULFITOS CACAHUETES CRUSTÁCEOS


























































Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 - .Crema de calabacín  .Filete de contramuslo de pollo con daditos de zanahoria Pan y Fruta Natural  Kcal:381 Prot:20,7 Lip:12,8 HC:50,4
- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla .Filete de merluza a la Gallega  Pan y Yogur natural  Kcal:376 Prot:22,7 Lip:12,5 HC:46,6	- Día 7 - .Lentejas estofadas con verduras  *Salchichas frescas al ajillo con zanahoria  Pan y Fruta Natural  Kcal:606 Prot:25,5 Lip:25,7 HC:71	- Día 8 - .Sopa Castellana  .Hamburguesa Burger Meat con cebolla caramelizada  Pan y Yogur natural  Kcal:536 Prot:19,9 Lip:24 HC:57,2	- Día 9 - *Judias verdes con patata, zanahoria y tomate  .Filete de contramuslo de pollo con daditos de calabacín Pan y Fruta Natural  Kcal:361 Prot:19,3 Lip:13,9 HC:49,7	- Día 10 - .Sopa de Cocido  .Cocido Madrileño completo  Pan y Fruta Natural  Kcal:485 Prot:21,4 Lip:19,2 HC:63,5
- Día 13 - .Lentejas estofadas con verduras  .Huevos cocidos con tomate y atún  Pan y Fruta Natural  Kcal:528 Prot:27,1 Lip:17,8 HC:68,9	- Día 14 - .Crema de zanahoria  *Filete de abadejo a la italiana con daditos de calabaza  Pan y Fruta Natural  Kcal:306 Prot:16,7 Lip:6,4 HC:49,3	- Día 15 -	- Día 16 - .Judias pintas con verduras  .Tortilla Española guisada en salsa  Pan y Fruta Natural  Kcal:499 Prot:18,9 Lip:13,2 HC:78,9	- Día 17 - .Menestra de verduras *Filete de pollo empanado  Pan y Yogur natural  Kcal:443 Prot:22,7 Lip:12,8 HC:62,6
- Día 20 - *Sopa minestrone  .Albóndigas de pescado con daditos de zanahoria  Pan y Yogur natural  Kcal:425 Prot:23,1 Lip:9,8 HC:63,9	- Día 21 - .Patatas guisadas con verduras  *Pollo asado a la naranja Pan y Fruta Natural  Kcal:383 Prot:20,8 Lip:12 HC:53	- Día 22 - *Garbanzos estofados con chorizo  .Tortilla Española  Pan y Fruta Natural  Kcal:525 Prot:21,5 Lip:17,7 HC:72,1	- Día 23 - Fideua de verduras  .Cinta de lomo adobada con daditos de zanahoria  Pan y Yogur natural  Kcal:597 Prot:27,1 Lip:32,9 HC:51,7	- Día 24 - *Gazpacho  .Pimientos del Piquillo rellenos de bacalao  Pan y Fruta Natural  Kcal:377 Prot:11,7 Lip:11,6 HC:59,4
- Día 27 - .Lentejas estofadas con verduras  .Filete de abadejo en salsa con verduritas  Pan y Fruta Natural  Kcal:413 Prot:23,2 Lip:7,3 HC:68,2	- Día 28 - .Sopa de Estrellas  .Tortilla de patata y calabacín  Pan y Yogur natural  Kcal:372 Prot:13,5 Lip:15,4 HC:47	- Día 29 - .Crema de calabaza con queso  .Roti de pavo con daditos de zanahoria  Pan y Fruta Natural  Kcal:478 Prot:34,2 Lip:16,1 HC:52,5	- Día 30 - *Coditos con salsa philadelphia con oregano y gambas  .Filete de merluza en salsa con tiras de pimientos  Pan y Fruta de Temporada  Kcal:524 Prot:34 Lip:21,4 HC:51,8	- Día 31 - .Ensaladilla Rusa  .San Jacobo  Pan y Yogur natural  Kcal:524 Prot:19 Lip:17,5 HC:188,8























































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



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 - Vichyssoise  Pollo asado en su jugo Pan y Postre de fruta  Kcal:499 Prot:20,6 Lip:23,4 HC:53,4
- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla .Filete de merluza a la Gallega  Pan y Yogur natural  Kcal:376 Prot:22,7 Lip:12,5 HC:46,6	- Día 7 - .Lentejas estofadas con verduras  .Cinta de lomo adobada con daditos de zanahoria  Pan y Postre de fruta  Kcal:676 Prot:32,1 Lip:29 HC:73,8	- Día 8 - .Sopa de Fideos  Hamburguesa de burger meat mixta encebollada  Pan y Yogur natural  Kcal:437 Prot:21,2 Lip:21,5 HC:43,5	- Día 9 - *Crema de judías verdes  Pollo asado con daditos de calabacín Pan y Postre de fruta  Kcal:411 Prot:26,6 Lip:10,4 HC:54,9	- Día 10 - .Sopa de Cocido  Cocido madrileño sin embutidos  Pan y Postre de fruta  Kcal:512 Prot:22,4 Lip:9,8 HC:85,3
- Día 13 - .Lentejas estofadas con verduras  .Tortilla Francesa  Pan y Postre de fruta  Kcal:522 Prot:21,8 Lip:11,1 HC:85	- Día 14 - *Crema de espinacas  *Filete de abadejo a la italiana con daditos de calabaza  Pan y Postre de fruta  Kcal:343 Prot:16,9 Lip:6,7 HC:55,6	- Día 15 -	- Día 16 - .Judías pintas con verduras  .Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín  Pan y Postre de fruta  Kcal:460 Prot:22,5 Lip:8 HC:76	- Día 17 - .Crema de verduras  *Pollo asado con salsa de pimientos Pan y Yogur natural  Kcal:421 Prot:23,9 Lip:17,6 HC:45,3
- Día 20 - *Sopa minestrone  .Albóndigas de pescado con daditos de zanahoria  Pan y Yogur natural  Kcal:425 Prot:23,1 Lip:9,8 HC:63,9	- Día 21 - .Patatas guisadas con verduras  *Pollo asado a la naranja Pan y Postre de fruta  Kcal:413 Prot:20,9 Lip:11,7 HC:58,3	- Día 22 - .Garbanzos estofados  .Tortilla Francesa con jamón york  Pan y Postre de fruta  Kcal:530 Prot:49,7 Lip:14 HC:56,3	- Día 23 - Fideua de verduras  .Cinta de lomo adobada con daditos de zanahoria  Pan y Yogur natural  Kcal:597 Prot:27,1 Lip:32,9 HC:51,7	- Día 24 - *Gazpacho  .Filete de abadejo en salsa con daditos de calabaza  Pan y Postre de fruta  Kcal:359 Prot:14,5 Lip:8,8 HC:57,1
- Día 27 - .Lentejas estofadas con verduras  .Filete de abadejo en salsa con verduritas  Pan y Postre de fruta  Kcal:442 Prot:23,3 Lip:7 HC:73,5	- Día 28 - .Sopa de Estrellas  .Tortilla Francesa  Pan y Yogur natural  Kcal:364 Prot:15,1 Lip:12,3 HC:50,6	- Día 29 - .Crema de calabaza  .Roti de pavo con daditos de zanahoria  Pan y Postre de fruta  Kcal:414 Prot:28,1 Lip:9,6 HC:55,8	- Día 30 - *Coditos blancos salteados con verduras  .Filete de merluza en salsa con tiras de pimientos  Pan y Postre de fruta  Kcal:566 Prot:30,3 Lip:21,8 HC:63,8	- Día 31 - .Patatas guisadas con verduras  Cinta de lomo adobada con daditos de zanahoria  Pan y Yogur natural  Kcal:560 Prot:26,3 Lip:30,3 HC:49,5



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 - Vichyssoise  .Filete de contramuslo de pollo con daditos de zanahoria Pan y Fruta Natural  Kcal:459 Prot:20,7 Lip:22,4 HC:48,1
- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla .Filete de merluza a la Gallega  Pan y Yogur desnatado  Kcal:355 Prot:23,4 Lip:10,3 HC:45,5	- Día 7 - .Lentejas estofadas con verduras  *Salchichas frescas al ajillo con zanahoria  Pan y Fruta Natural  Kcal:606 Prot:25,5 Lip:25,7 HC:71	- Día 8 - .Sopa de Fideos  Hamburguesa de burger meat mixta encebollada  Pan y Yogur desnatado  Kcal:416 Prot:21,9 Lip:19,3 HC:42,4	- Día 9 - *Judias verdes rehogadas con zanahoria .Filete de contramuslo de pollo con daditos de calabacín Pan y Fruta Natural  Kcal:365 Prot:19 Lip:19,5 HC:44,9	- Día 10 - .Sopa de Cocido  Cocido madrileño sin embutidos  Pan y Fruta Natural  Kcal:469 Prot:22,5 Lip:9,6 HC:76,2
- Día 13 - .Lentejas estofadas con verduras  .Tortilla Francesa  Pan y Fruta Natural  Kcal:490 Prot:21,8 Lip:11,4 HC:78,9	- Día 14 - *Crema de espinacas  *Filete de abadejo a la italiana con daditos de calabaza  Pan y Fruta Natural  Kcal:299 Prot:17,1 Lip:6,5 HC:46,5	- Día 15 -	- Día 16 - .Judias pintas con verduras  .Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín  Pan y Fruta Natural  Kcal:431 Prot:22,3 Lip:8,3 HC:70,7	- Día 17 - .Menestra de verduras Filete de pollo en su jugo con tiras de pimiento Pan y Yogur desnatado  Kcal:378 Prot:32,1 Lip:11,2 HC:40,8
- Día 20 - *Sopa minestrone  .Albóndigas de pescado con daditos de zanahoria  Pan y Yogur desnatado  Kcal:404 Prot:23,8 Lip:7,6 HC:62,8	- Día 21 - .Patatas guisadas con verduras  *Pollo asado a la naranja Pan y Fruta Natural  Kcal:383 Prot:20,8 Lip:12 HC:53	- Día 22 - .Garbanzos estofados  .Tortilla Francesa con jamón york  Pan y Fruta Natural  Kcal:486 Prot:49,9 Lip:13,8 HC:47,2	- Día 23 - Fideua de verduras  .Cinta de lomo adobada con daditos de zanahoria  Pan y Yogur desnatado  Kcal:576 Prot:27,8 Lip:30,7 HC:50,6	- Día 24 - *Gazpacho  .Filete de abadejo en salsa con daditos de calabaza  Pan y Fruta Natural  Kcal:329 Prot:14,3 Lip:9,1 HC:51,8
- Día 27 - .Lentejas estofadas con verduras  .Filete de abadejo en salsa con verduritas  Pan y Fruta Natural  Kcal:413 Prot:23,2 Lip:7,3 HC:68,2	- Día 28 - .Sopa de Estrellas  .Tortilla Francesa  Pan y Yogur desnatado  Kcal:343 Prot:15,8 Lip:10,1 HC:49,5	- Día 29 - .Crema de calabaza  .Roti de pavo con daditos de zanahoria  Pan y Fruta Natural  Kcal:371 Prot:28,3 Lip:9,4 HC:46,7	- Día 30 - *Coditos blancos salteados con verduras  .Filete de merluza en salsa con tiras de pimientos  Pan y Fruta de Temporada  Kcal:505 Prot:30,1 Lip:21,6 HC:50,8	- Día 31 - .Patatas guisadas con verduras  Magro de cerdo en salsa con verduritas Pan y Yogur desnatado  Kcal:374 Prot:24,9 Lip:10,6 HC:48,3



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 - Turmix de verduras con pollo Postre de fruta Kcal:146 Prot:5,4 Lip:3,7 HC:21,1
- Día 6 - Turmix de filete de merluza con verduritas Yogur natural Kcal:163 Prot:9,8 Lip:4,7 HC:9,3	- Día 7 - Turmix de lentejas estofadas con verduras y carne Postre de fruta Kcal:229 Prot:13,4 Lip:3,9 HC:33,6	- Día 8 - Turmix de verduras con ternera Yogur natural Kcal:140 Prot:10,7 Lip:5,8 HC:11,2	- Día 9 - Turmix de verduras con pollo Postre de fruta Kcal:146 Prot:5,4 Lip:3,7 HC:21,1	- Día 10 - Turmix de sopa de cocido y cocido madrileño completo Postre de fruta Kcal:220 Prot:9,7 Lip:6,1 HC:30,1
- Día 13 - Turmix de lentejas estofadas con verduras y carne Postre de fruta Kcal:229 Prot:13,4 Lip:3,9 HC:33,6	- Día 14 - Turmix de verduras con pescado Postre de fruta Kcal:173 Prot:6,5 Lip:2,2 HC:19,2	- Día 15 -	- Día 16 - Turmix de judías blancas con chorizo Postre de fruta Kcal:92 Prot:13,3 Lip:4,7 HC:43,9	- Día 17 - Turmix de verduras con pollo Yogur natural Kcal:136 Prot:8,7 Lip:6,2 HC:11,2
- Día 20 - Turmix de verduras con pescado Yogur natural Kcal:163 Prot:9,8 Lip:4,7 HC:9,3	- Día 21 - Turmix de verduras con pollo Postre de fruta Kcal:146 Prot:5,4 Lip:3,7 HC:21,1	- Día 22 - Turmix de garbanzos con verduras y carne Postre de fruta Kcal:237 Prot:12,6 Lip:4,8 HC:34,3	- Día 23 - Turmix de verduras con pavo Yogur natural Kcal:130 Prot:11 Lip:4,5 HC:11,2	- Día 24 - Turmix de verduras con pescado Postre de fruta Kcal:173 Prot:6,5 Lip:2,2 HC:19,2
- Día 27 - Turmix de lentejas estofadas con verduras y carne Postre de fruta Kcal:229 Prot:13,4 Lip:3,9 HC:33,6	- Día 28 - Turmix de verduras con ternera Yogur natural Kcal:140 Prot:10,7 Lip:5,8 HC:11,2	- Día 29 - Turmix de verduras con pavo Postre de fruta Kcal:140 Prot:7,7 Lip:2 HC:21,1	- Día 30 - Turmix de filete de merluza con verduritas Postre de fruta Kcal:173 Prot:6,5 Lip:2,2 HC:19,2	- Día 31 - Turmix de lomo asado con patatas y verduras Yogur natural Kcal:132 Prot:9,4 Lip:4,9 HC:12,5



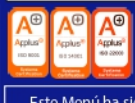
GLUTEN HUEVO PESCADO MOLUSCO SOJA ALTRAMUCES LECHE SÉSAMO FRUTOS DE CÁSCARA APIO MOSTAZA SULFITOS CACAHUETES CRUSTÁCEOS



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 - .Lentejas estofadas con verduras .Filete de merluza en salsa con daditos de calabaza Fruta Natural Kcal:295 Prot:19,7 Lip:7,6 HC:38,1
- Día 6 - .Patatas guisadas con verduras .Albóndigas Burger Meat con jardinera de verduras Fruta variada Kcal:384 Prot:27,2 Lip:19,3 HC:26,3	- Día 7 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Española Fruta Natural Kcal:360 Prot:15,1 Lip:11,2 HC:49,1	- Día 8 - .Crema de puerro .Muslitos de pollo con patatas Fruta variada Kcal:280 Prot:31,2 Lip:10,4 HC:16,3	- Día 9 - Arroz con verduras .Filete de abadejo en salsa con patatas cuadro Fruta Natural Kcal:226 Prot:10,4 Lip:5,6 HC:36,1	- Día 10 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Fruta Natural Kcal:349 Prot:17,7 Lip:17,2 HC:34,5
- Día 13 - .Arroz con tomate *Filete de abadejo en salsa con guisantes Fruta Natural Kcal:283 Prot:10,4 Lip:8,9 HC:33,8	- Día 14 - *Crema de espinacas .Magro de cerdo con verduritas y patatas Fruta Natural Kcal:203 Prot:14,1 Lip:7,5 HC:19,6	- Día 15 -	- Día 16 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Española guisada en salsa Fruta Natural Kcal:363 Prot:15 Lip:11,2 HC:49,9	- Día 17 - .Espirales tricolor con tomate .Filete de merluza en salsa con daditos de calabaza Fruta variada Kcal:281 Prot:25,9 Lip:9,2 HC:24
- Día 20 - *Lentejas a la hortelana *Cinta de lomo adobada a la gallega Fruta variada Kcal:487 Prot:39,7 Lip:22,1 HC:33	- Día 21 - .Arroz con tomate .Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín Fruta Natural Kcal:287 Prot:10,4 Lip:8,9 HC:34,6	- Día 22 - *Guisantes rehogados con cebolla *Salchichas de pavo en salsa con patatas Fruta Natural Kcal:409 Prot:20 Lip:22,2 HC:32,4	- Día 23 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Fruta variada Kcal:389 Prot:31,4 Lip:17,2 HC:31,2	- Día 24 - .Farfalle a la Napolitana *Filete de pollo empanado Fruta Natural Kcal:364 Prot:16,1 Lip:8,9 HC:54,6
- Día 27 - .Ensalada de pasta tricolor .Filete de abadejo en salsa con verduritas Fruta Natural Kcal:233 Prot:13,3 Lip:7,6 HC:29	- Día 28 - .Sopa de Estrellas Hamburguesa de burger meat mixta con cebolla caramelizada Fruta variada Kcal:369 Prot:27,1 Lip:21,1 HC:18,2	- Día 29 - *Judias verdes rehogadas con zanahoria *Pollo asado con verduras Fruta Natural Kcal:204 Prot:18,8 Lip:13,5 HC:19,8	- Día 30 - Lentejas estofadas con chorizo .Tortilla de patata y calabacín Fruta de Temporada Kcal:377 Prot:20 Lip:14,3 HC:40,9	- Día 31 - .Arroz con tomate Magro de cerdo en salsa con verduritas Fruta variada Kcal:360 Prot:31 Lip:10,6 HC:27,9



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 -
				Vichyssoise Filete de pollo al horno Pan y Fruta Natural Kcal:452 Prot:29,3 Lip:19,1 HC:45,2
- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla Filete de merluza al horno Pan y Yogur desnatado Kcal:344 Prot:21,2 Lip:11,2 HC:42,9	- Día 7 - .Menestra de verduras .Cinta de lomo adobada al horno Pan y Fruta Natural Kcal:542 Prot:23,5 Lip:32 HC:44,9	- Día 8 - Espinacas rehogadas con jamon york .Hamburguesa Burger Meat al horno Pan y Yogur desnatado Kcal:552 Prot:30,1 Lip:31,4 HC:40,7	- Día 9 - *Judias verdes rehogadas con zanahoria Filete de pollo al horno Pan y Fruta Natural Kcal:381 Prot:29,6 Lip:16,6 HC:44,7	- Día 10 - Repollo rehogado .Cinta de lomo adobada al horno Pan y Fruta Natural Kcal:539 Prot:21,1 Lip:31,7 HC:41,1
- Día 13 - Judias verdes rehogadas con ajito y patata Tortilla Francesa Pan y Fruta Natural Kcal:381 Prot:12,6 Lip:12,6 HC:58,1	- Día 14 - *Crema de espinacas .Abadejo al horno Pan y Fruta Natural Kcal:305 Prot:15 Lip:4,5 HC:44,5	- Día 15 -	- Día 16 - Guisantes con ajito y daditos de pavo Filete de merluza al horno Pan y Fruta Natural Kcal:344 Prot:20,3 Lip:10 HC:47,7	- Día 17 - .Menestra de verduras Filete de pollo al horno Pan y Yogur desnatado Kcal:388 Prot:34,9 Lip:11,5 HC:39,9
- Día 20 - Acelgas rehogadas con zanahoria y patata Filete de merluza al horno Pan y Yogur desnatado Kcal:309 Prot:18,4 Lip:9,8 HC:39,9	- Día 21 - Judias verdes rehogadas Pollo al horno Pan y Fruta Natural Kcal:376 Prot:20,2 Lip:15,5 HC:43,6	- Día 22 - Menestra de verduras rehogada con ajito Tortilla Francesa con jamón york Pan y Fruta Natural Kcal:383 Prot:21,7 Lip:14,4 HC:44,8	- Día 23 - Calabacin rehogado con cebolla .Cinta de lomo adobada al horno Pan y Yogur desnatado Kcal:512 Prot:24,9 Lip:31,6 HC:35,4	- Día 24 - *Gazpacho .Abadejo al horno Pan y Fruta Natural Kcal:328 Prot:14,6 Lip:4,8 HC:50,9
- Día 27 - Guisantes rehogados con zanahoria y patata .Abadejo al horno Pan y Fruta Natural Kcal:345 Prot:16,4 Lip:6,6 HC:49,3	- Día 28 - .Espinacas rehogadas con jamón york Tortilla Francesa Pan y Yogur desnatado Kcal:395 Prot:19,6 Lip:15,1 HC:47,9	- Día 29 - .Crema de calabaza Filete de pollo al horno Pan y Fruta Natural Kcal:362 Prot:29,5 Lip:9 HC:44,3	- Día 30 - .Menestra de verduras Filete de merluza al horno Pan y Fruta de Temporada Kcal:299 Prot:15,6 Lip:10,8 HC:38,2	- Día 31 - .Parrillada de verduras Cinta de lomo adobada al horno Pan y Yogur desnatado Kcal:516 Prot:25,5 Lip:30 HC:39,6



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 - Crema de calabacin sin sal Pollo asado al limon sin sal Pan y Fruta Natural Kcal:375 Prot:20,3 Lip:12,6 HC:49,3
- Día 6 - Menestra de verduras rehogadas sin sal Filete de merluza a la gallega sin sal Pan y Yogur natural Kcal:361 Prot:21,3 Lip:12,6 HC:43,9	- Día 7 - Lentejas estofadas con verduras sin sal Magro de cerdo en salsa con calabacin sin sal Pan y Fruta Natural Kcal:479 Prot:29,9 Lip:12,1 HC:67,1	- Día 8 - Sopa de fideos sin sal Ragout de ternera stroganoff sin sal Pan y Yogur natural Kcal:436 Prot:20,6 Lip:23,2 HC:39,5	- Día 9 - Judias verdes rehogadas con manzana sin sal Pollo asado al ajillo sin sal Pan y Fruta Natural Kcal:405 Prot:20,3 Lip:15,4 HC:49,5	- Día 10 - Sopa de cocido sin sal Cocido madrileño sin embudidos sin sal Pan y Fruta Natural Kcal:469 Prot:22,5 Lip:9,6 HC:76,2
- Día 13 - Lentejas estofadas con verduras sin sal Tortilla francesa sin sal Pan y Fruta Natural Kcal:490 Prot:21,8 Lip:11,4 HC:78,9	- Día 14 - Crema de zanahoria sin sal Filete de abadejo en salsa con daditos de calabaza sin sal Pan y Fruta Natural Kcal:313 Prot:14,3 Lip:8,6 HC:47,9	- Día 15 -	- Día 16 - Judias pintas estofadas con verduras sin sal Cinta de lomo fresca en salsa de champiñon sin sal Pan y Fruta Natural Kcal:504 Prot:29,4 Lip:12,6 HC:71,3	- Día 17 - Menestra de verduras rehogadas sin sal Pollo asado al limon sin sal Pan y Yogur natural Kcal:412 Prot:25,3 Lip:16,7 HC:43
- Día 20 - Sopa de verduras sin sal Filete de merluza a la jardinera sin sal Pan y Yogur natural Kcal:298 Prot:17,1 Lip:9,1 HC:41,1	- Día 21 - Patatas guisadas con verduras sin sal Pollo asado al ajillo sin sal Pan y Fruta Natural Kcal:399 Prot:20,2 Lip:13,6 HC:53,5	- Día 22 - Garbanzos estofados con verduras sin sal Tortilla francesa sin sal Pan y Fruta Natural Kcal:480 Prot:19,9 Lip:11,8 HC:76,1	- Día 23 - Macarrones blancos salteados con champiñones sin sal Magro de cerdo en salsa con calabacin sin sal Pan y Yogur natural Kcal:447 Prot:25,4 Lip:15,8 HC:54,2	- Día 24 - Crema de calabacin sin sal Filete de abadejo en salsa con daditos de calabaza sin sal Pan y Fruta Natural Kcal:333 Prot:14,3 Lip:8,9 HC:52,4
- Día 27 - Lentejas estofadas con verduras sin sal Filete de abadejo en salsa sin sal Pan y Fruta Natural Kcal:433 Prot:23,8 Lip:9,8 HC:67	- Día 28 - Sopa de estrellas sin sal Tortilla francesa sin sal Pan y Yogur natural Kcal:364 Prot:15,1 Lip:12,3 HC:50,6	- Día 29 - Crema de calabaza sin sal Pollo asado al limon sin sal Pan y Fruta Natural Kcal:395 Prot:20,9 Lip:12,3 HC:53,1	- Día 30 - Coditos blancos salteados con verduritas sin sal Filete de merluza a la jardinera sin sal Pan y Fruta de Temporada Kcal:332 Prot:14,7 Lip:10,3 HC:48,4	- Día 31 - Patatas guisadas con verduras sin sal Magro de cerdo en salsa con calabacin sin sal Pan y Yogur natural Kcal:395 Prot:24 Lip:13,3 HC:48,2

