



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 764 H.C. 123 Lip. 20 P. 30 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PAELLA VALENCIANA YOGUR PAN	2 KCal. 1067 H.C. 147 Lip. 44 P. 25 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES BUÑUELOS DE BACALAO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 854 H.C. 70 Lip. 54 P. 27 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 933 H.C. 140 Lip. 17 P. 61 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ NATILLAS PAN
7 KCal. 1196 H.C. 132 Lip. 65 P. 26 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	8 KCal. 824 H.C. 110 Lip. 24 P. 45 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA ALBONDIGAS DE MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA YOGUR PAN	9 KCal. 766 H.C. 137 Lip. 16 P. 25 PURE DE VERDURAS CANELONES ROSSINI FRUTA DE TEMPORADA PAN	10 KCal. 906 H.C. 112 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 986 H.C. 95 Lip. 48 P. 41 ENSALADILLA RUSA MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 866 H.C. 116 Lip. 32 P. 39 CREMA DE CALABACIN HAMBURGUESA (cerdo y ternera) EN SALSA BARBACOA CASERA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	15 KCal. 620 H.C. 68 Lip. 25 P. 35 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) POLLO ASADO ESTILO TUNEZ YOGUR PAN	16 KCal. 845 H.C. 87 Lip. 26 P. 70 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO BACALADILLA EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATA PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 1276 H.C. 81 Lip. 72 P. 81 PATATAS CON CHOCO ALITAS DE POLLO MARINADAS AL HORNO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 923 H.C. 84 Lip. 54 P. 28 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA PAN
21 KCal. 870 H.C. 125 Lip. 22 P. 51 ARROZ DE LA HUERTA CABALLA • GUARNICION TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	22 KCal. 692 H.C. 89 Lip. 16 P. 52 PUDING DE COLORES (coliflor, zanahoria y espinacas) RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ YOGUR PAN	23 KCal. 906 H.C. 112 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	24 KCal. 768 H.C. 107 Lip. 30 P. 22 PURE DE CALABAZA TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 782 H.C. 106 Lip. 18 P. 54 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA NATILLAS PAN
28 KCal. 775 H.C. 111 Lip. 25 P. 30 SOPA DE LETRAS ALBONDIGAS VEGETALES (soja) EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	29 KCal. 822 H.C. 87 Lip. 32 P. 51 BROCOLI AL VAPOR MAGRO DE CERDO CON SALSA AGRIDULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ YOGUR PAN	30 KCal. 845 H.C. 99 Lip. 25 P. 62 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 684 H.C. 120 Lip. 15 P. 22 VERDURAS SALTEADAS ARROZ CON POLLO YOGUR AROMAS DESNATADO PAN SIN SAL	2 KCal. 825 H.C. 120 Lip. 17 P. 54 ARROZ BLANCO ABADEJO AL HORNO • CEBOLLA Y PIMIENTO VERDE SALTEADO MANZANA PAN SIN SAL	3 KCal. 872 H.C. 106 Lip. 37 P. 29 MACARRONES SIN GLUTEN CON CHAMPIÑONES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA NARANJA PAN SIN SAL	4 KCal. 759 H.C. 111 Lip. 14 P. 55 LENTEJAS A LA HORTELANA POLLO ESTOFADO CON VERDURAS Y ARROZ GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN SAL
7 KCal. 1119 H.C. 126 Lip. 61 P. 24 ARROZ CON ZANAHORIA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA MANZANA PAN SIN SAL	8 KCal. 808 H.C. 90 Lip. 20 P. 71 JUDIAS BLANCAS CASERAS ABADEJO AL HORNO • ZANAHORIA YOGUR AROMAS DESNATADO PAN SIN SAL	9 KCal. 570 H.C. 75 Lip. 23 P. 20 BERENJENA A LA PLANCHA FILETE DE POLLO CON ZANAHORIA Y JUDÍAS VERDES MANZANA PAN SIN SAL	10 KCal. 673 H.C. 113 Lip. 13 P. 32 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS DE MAÍZ COCIDO COMPLETO NARANJA PAN SIN SAL	11 KCal. 510 H.C. 52 Lip. 19 P. 34 REPOLLO AL AJOARRIERO FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON ZANAHORIA GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN SAL
14 KCal. 2090 H.C. 46 Lip. 74 P. 311 ESPARRAGOS TRIGUEROS A LA PLANCHA LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • ZANAHORIA MANZANA PAN SIN SAL	15 KCal. 534 H.C. 52 Lip. 22 P. 34 BROCOLI REHOGADO FILETE DE POLLO A PLANCHA • PIMIENTO ROJO YOGUR AROMAS DESNATADO PAN SIN SAL	16 KCal. 604 H.C. 55 Lip. 20 P. 54 JUDIAS VERDES SALTEADAS BACALADILLA AL HORNO • CHAMPIÑON MANZANA PAN SIN SAL	17 KCal. 600 H.C. 74 Lip. 21 P. 34 PATATAS GUIADAS MUSLITOS DE POLLO AL HORNO • ENSALADA LECHUGA NARANJA PAN SIN SAL	18 KCal. 803 H.C. 78 Lip. 37 P. 43 LENTEJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN SAL
21 KCal. 886 H.C. 118 Lip. 27 P. 49 PAELLA VEGETAL LIMANDA AL HORNO • SALTEADO CAMPESTRE MANZANA PAN SIN SAL	22 KCal. 620 H.C. 82 Lip. 19 P. 34 PURRUSALDA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • ZANAHORIA YOGUR AROMAS DESNATADO PAN SIN SAL	23 KCal. 681 H.C. 116 Lip. 12 P. 32 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS DE MAÍZ COCIDO COMPLETO MANZANA PAN SIN SAL	24 KCal. 799 H.C. 69 Lip. 48 P. 26 BERENJENA A LA PLANCHA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA NARANJA PAN SIN SAL	25 KCal. 763 H.C. 74 Lip. 31 P. 53 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA AL HORNO • PIMIENTO ROJO GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN SAL
28 KCal. 540 H.C. 66 Lip. 17 P. 29 SOPA DE POLLO CON PASTA SIN GLUTEN CONEJO AL AJILLO • CHAMPIÑON MANZANA PAN SIN SAL	29 KCal. 2106 H.C. 53 Lip. 69 P. 318 BROCOLI AL VAPOR LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • ZANAHORIA YOGUR AROMAS DESNATADO PAN SIN SAL	30 KCal. 752 H.C. 78 Lip. 25 P. 58 PURE DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO CON VERDURITAS • PIMIENTO ROJO MANZANA PAN SIN SAL		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 698 H.C. 121 Lip. 19 P. 19 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PAELLA DE VERDURAS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN SIN SAL	2 KCal. 975 H.C. 118 Lip. 42 P. 40 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES HAMBURGUESA A LA PLANCHA • CEBOLLA Y PIMIENTO VERDE SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	3 KCal. 645 H.C. 61 Lip. 32 P. 32 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	4 KCal. 618 H.C. 87 Lip. 14 P. 38 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO CON VERDURITAS GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN SAL
7 KCal. 1158 H.C. 131 Lip. 62 P. 26 ARROZ DE LA HUERTA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	8 KCal. 662 H.C. 79 Lip. 20 P. 48 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS CON PATATAS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN SIN SAL	9 KCal. 595 H.C. 91 Lip. 16 P. 26 PURE DE VERDURAS FILETE DE POLLO CON ZANAHORIA Y JUDÍAS VERDES FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	10 KCal. 704 H.C. 124 Lip. 11 P. 35 SOPA DE COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	11 KCal. 528 H.C. 55 Lip. 20 P. 34 REPOLLO AL AJOARRIERO MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN SAL
14 KCal. 727 H.C. 90 Lip. 23 P. 44 CREMA DE CALABACIN LOMO FRESCO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	15 KCal. 474 H.C. 50 Lip. 20 P. 25 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) RAGOUT DE POLLO CON VERDURITAS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN SIN SAL	16 KCal. 677 H.C. 75 Lip. 17 P. 61 PURE GUISANTES BACALADILLA AL HORNO • GUARNICION TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	17 KCal. 560 H.C. 73 Lip. 17 P. 33 PATATAS GUISADAS MUSLITOS DE POLLO AL HORNO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	18 KCal. 645 H.C. 57 Lip. 32 P. 34 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN SAL
21 KCal. 934 H.C. 123 Lip. 38 P. 32 ARROZ DE LA HUERTA FILETE DE CABALLA A LA ESPALDA • SALTEADO CAMPESTRE FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	22 KCal. 554 H.C. 79 Lip. 16 P. 28 PURRUSALDA FILETE DE POLLO CON PATATA AL VAPOR POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN SIN SAL	23 KCal. 704 H.C. 124 Lip. 11 P. 35 SOPA DE COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	24 KCal. 784 H.C. 80 Lip. 40 P. 30 PURE DE CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	25 KCal. 622 H.C. 81 Lip. 13 P. 49 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN SAL
28 KCal. 565 H.C. 80 Lip. 14 P. 32 SOPA DE LETRAS CONEJO AL AJILLO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	29 KCal. 509 H.C. 49 Lip. 23 P. 30 BROCOLI AL VAPOR FILETE DE POLLO A LA CAZADORA POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN SIN SAL	30 KCal. 833 H.C. 96 Lip. 25 P. 62 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 748 H.C. 126 Lip. 19 P. 23 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PAELLA DE VERDURAS YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	2 KCal. 961 H.C. 114 Lip. 42 P. 39 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES HAMBURGUESA A LA PLANCHA • CEBOLLA Y PIMIENTO VERDE SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	3 KCal. 828 H.C. 63 Lip. 54 P. 26 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	4 KCal. 604 H.C. 84 Lip. 15 P. 38 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO CON VERDURITAS GELATINA SIN AZUCAR PAN INTEGRAL
7 KCal. 1144 H.C. 127 Lip. 62 P. 25 ARROZ DE LA HUERTA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	8 KCal. 712 H.C. 84 Lip. 20 P. 52 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS CON PATATAS YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	9 KCal. 581 H.C. 88 Lip. 17 P. 26 PURE DE VERDURAS FILETE DE POLLO CON ZANAHORIA Y JUDÍAS VERDES FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	10 KCal. 690 H.C. 120 Lip. 11 P. 34 SOPA DE COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	11 KCal. 577 H.C. 60 Lip. 21 P. 38 REPOLLO AL AJOARRIERO MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL
14 KCal. 713 H.C. 86 Lip. 24 P. 43 CREMA DE CALABACIN LOMO FRESCO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	15 KCal. 524 H.C. 55 Lip. 21 P. 30 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) RAGOUT DE POLLO CON VERDURITAS YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	16 KCal. 663 H.C. 72 Lip. 17 P. 60 PURE GUISANTES BACALADILLA AL HORNO • GUARNICION TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	17 KCal. 546 H.C. 69 Lip. 17 P. 32 PATATAS GUISADAS MUSLITOS DE POLLO AL HORNO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	18 KCal. 827 H.C. 60 Lip. 54 P. 27 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA SIN AZUCAR PAN INTEGRAL
21 KCal. 920 H.C. 120 Lip. 38 P. 31 ARROZ DE LA HUERTA FILETE DE CABALLA A LA ESPALDA • SALTEADO CAMPESTRE FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	22 KCal. 643 H.C. 80 Lip. 14 P. 52 PUDING DE COLORES (coliflor, zanahoria y espinacas) RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	23 KCal. 690 H.C. 120 Lip. 11 P. 34 SOPA DE COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	24 KCal. 966 H.C. 83 Lip. 62 P. 24 PURE DE CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	25 KCal. 671 H.C. 86 Lip. 14 P. 54 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL
28 KCal. 551 H.C. 76 Lip. 14 P. 31 SOPA DE LETRAS CONEJO AL AJILLO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	29 KCal. 559 H.C. 54 Lip. 23 P. 34 BROCOLI AL VAPOR FILETE DE POLLO A LA CAZADORA YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	30 KCal. 819 H.C. 93 Lip. 25 P. 61 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 762 H.C. 130 Lip. 19 P. 24 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PAELLA DE VERDURAS YOGUR AROMAS DESNATADO PAN SIN SAL	2 KCal. 975 H.C. 118 Lip. 42 P. 40 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES HAMBURGUESA A LA PLANCHA • CEBOLLA Y PIMIENTO VERDE SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	3 KCal. 645 H.C. 61 Lip. 32 P. 32 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	4 KCal. 618 H.C. 87 Lip. 14 P. 38 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO CON VERDURITAS GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN SAL
7 KCal. 1158 H.C. 131 Lip. 62 P. 26 ARROZ DE LA HUERTA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	8 KCal. 726 H.C. 87 Lip. 20 P. 53 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS CON PATATAS YOGUR AROMAS DESNATADO PAN SIN SAL	9 KCal. 595 H.C. 91 Lip. 16 P. 26 PURE DE VERDURAS FILETE DE POLLO CON ZANAHORIA Y JUDÍAS VERDES FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	10 KCal. 704 H.C. 124 Lip. 11 P. 35 SOPA DE COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	11 KCal. 528 H.C. 55 Lip. 20 P. 34 REPOLLO AL AJOARRIERO MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN SAL
14 KCal. 727 H.C. 90 Lip. 23 P. 44 CREMA DE CALABACIN LOMO FRESCO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	15 KCal. 538 H.C. 59 Lip. 20 P. 31 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) RAGOUT DE POLLO CON VERDURITAS YOGUR AROMAS DESNATADO PAN SIN SAL	16 KCal. 677 H.C. 75 Lip. 17 P. 61 PURE GUISANTES BACALADILLA AL HORNO • GUARNICION TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	17 KCal. 560 H.C. 73 Lip. 17 P. 33 PATATAS GUISADAS MUSLITOS DE POLLO AL HORNO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	18 KCal. 645 H.C. 57 Lip. 32 P. 34 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN SAL
21 KCal. 934 H.C. 123 Lip. 38 P. 32 ARROZ DE LA HUERTA FILETE DE CABALLA A LA ESPALDA • SALTEADO CAMPESTRE FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	22 KCal. 480 H.C. 55 Lip. 13 P. 36 PUDING DE COLORES (coliflor, zanahoria y espinacas) FILETE DE POLLO CON PATATA AL VAPOR YOGUR AROMAS DESNATADO PAN SIN SAL	23 KCal. 704 H.C. 124 Lip. 11 P. 35 SOPA DE COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	24 KCal. 784 H.C. 80 Lip. 40 P. 30 PURE DE CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	25 KCal. 622 H.C. 81 Lip. 13 P. 49 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN SAL
28 KCal. 565 H.C. 80 Lip. 14 P. 32 SOPA DE LETRAS CONEJO AL AJILLO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL	29 KCal. 573 H.C. 58 Lip. 23 P. 35 BROCOLI AL VAPOR FILETE DE POLLO A LA CAZADORA YOGUR AROMAS DESNATADO PAN SIN SAL	30 KCal. 833 H.C. 96 Lip. 25 P. 62 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN SAL		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 684 H.C. 118 Lip. 19 P. 18 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PAELLA DE VERDURAS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL	2 KCal. 961 H.C. 114 Lip. 42 P. 39 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES HAMBURGUESA A LA PLANCHA • CEBOLLA Y PIMIENTO VERDE SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	3 KCal. 828 H.C. 63 Lip. 54 P. 26 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	4 KCal. 604 H.C. 84 Lip. 15 P. 38 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO CON VERDURITAS GELATINA SIN AZUCAR PAN INTEGRAL
7 KCal. 1144 H.C. 127 Lip. 62 P. 25 ARROZ DE LA HUERTA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	8 KCal. 648 H.C. 75 Lip. 20 P. 47 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS CON PATATAS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL	9 KCal. 581 H.C. 88 Lip. 17 P. 26 PURE DE VERDURAS FILETE DE POLLO CON ZANAHORIA Y JUDÍAS VERDES FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	10 KCal. 690 H.C. 120 Lip. 11 P. 34 SOPA DE COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	11 KCal. 513 H.C. 51 Lip. 20 P. 33 REPOLLO AL AJOARRIERO MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL
14 KCal. 713 H.C. 86 Lip. 24 P. 43 CREMA DE CALABACIN LOMO FRESCO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	15 KCal. 460 H.C. 46 Lip. 20 P. 25 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) RAGOUT DE POLLO CON VERDURITAS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL	16 KCal. 663 H.C. 72 Lip. 17 P. 60 PURE GUISANTES BACALADILLA AL HORNO • GUARNICION TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	17 KCal. 546 H.C. 69 Lip. 17 P. 32 PATATAS GUISADAS MUSLITOS DE POLLO AL HORNO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	18 KCal. 827 H.C. 60 Lip. 54 P. 27 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA SIN AZUCAR PAN INTEGRAL
21 KCal. 920 H.C. 120 Lip. 38 P. 31 ARROZ DE LA HUERTA FILETE DE CABALLA A LA ESPALDA • SALTEADO CAMPESTRE FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	22 KCal. 717 H.C. 103 Lip. 17 P. 44 PURRUSALDA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL	23 KCal. 690 H.C. 120 Lip. 11 P. 34 SOPA DE COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	24 KCal. 966 H.C. 83 Lip. 62 P. 24 PURE DE CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	25 KCal. 607 H.C. 78 Lip. 13 P. 49 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL
28 KCal. 551 H.C. 76 Lip. 14 P. 31 SOPA DE LETRAS CONEJO AL AJILLO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	29 KCal. 495 H.C. 45 Lip. 23 P. 29 BROCOLI AL VAPOR FILETE DE POLLO A LA CAZADORA POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL	30 KCal. 819 H.C. 93 Lip. 25 P. 61 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1KCal. 699 H.C. 122 Lip. 18 P. 19 VERDURAS SALTEADAS PAELLA DE VERDURAS YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL	2KCal. 859 H.C. 103 Lip. 26 P. 56 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES ABADEJO AL HORNO • CEBOLLA Y PIMIENTO VERDE SALTEADO CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL	3KCal. 778 H.C. 52 Lip. 51 P. 30 BROCOLI SALTEADO TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE TOMATE CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL	4KCal. 686 H.C. 79 Lip. 15 P. 63 LENTEJAS A LA HORTELANA FILETE DE LIMANDA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA GELATINA SIN AZUCAR PAN INTEGRAL
7KCal. 1055 H.C. 122 Lip. 55 P. 24 ARROZ DE LA HUERTA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE TOMATE CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL	8KCal. 715 H.C. 80 Lip. 23 P. 51 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS CON PATATAS YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL	9KCal. 705 H.C. 88 Lip. 23 P. 43 PURE DE VERDURAS COLITAS DE RAPE AL HORNO SOBRE LECHO DE PATATA Y CEBOLLA CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL	10KCal. 702 H.C. 120 Lip. 16 P. 23 SOPA CON FIDEOS DE MAIZ GARBANZOS ESTOFADOS CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL	11KCal. 580 H.C. 56 Lip. 24 P. 37 REPOLLO AL AJOARRIERO MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL
14KCal. 1003 H.C. 84 Lip. 49 P. 60 CREMA DE CALABACIN SALMON AL HORNO • ZANAHORIA CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL	15KCal. 897 H.C. 58 Lip. 62 P. 32 BROCOLI REHOGADO HUEVOS COCIDOS CON PATATAS YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL	16KCal. 646 H.C. 68 Lip. 17 P. 60 PURE GUISANTES BACALADILLA AL HORNO • GUARNICION TOMATE CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL	17KCal. 798 H.C. 142 Lip. 17 P. 28 PATATAS GUISADAS GARBANZOS CON ARROZ CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL	18KCal. 796 H.C. 61 Lip. 50 P. 27 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE TOMATE GELATINA SIN AZUCAR PAN INTEGRAL
21KCal. 903 H.C. 116 Lip. 38 P. 30 ARROZ DE LA HUERTA FILETE DE CABALLA A LA ESPALDA • SALTEADO CAMPESTRE CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL	22KCal. 637 H.C. 51 Lip. 34 P. 35 PUDING DE COLORES (coliflor, zanahoria y espinacas) HUEVOS EN SALSA VERDE CON PATATAS Y GUISANTES YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL	23KCal. 702 H.C. 120 Lip. 16 P. 23 SOPA CON FIDEOS DE MAIZ GARBANZOS ESTOFADOS CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL	24KCal. 877 H.C. 77 Lip. 55 P. 23 PURE DE CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE TOMATE CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL	25KCal. 675 H.C. 83 Lip. 17 P. 53 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL
28KCal. 634 H.C. 75 Lip. 17 P. 50 SOPA DE LETRAS FILETE DE LIMANDA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL	29KCal. 876 H.C. 57 Lip. 60 P. 33 BROCOLI AL VAPOR HUEVOS COCIDOS CON PATATAS YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL	30KCal. 802 H.C. 89 Lip. 25 P. 60 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE CREMA DE FRUTA PAN INTEGRAL		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 723 H.C. 117 Lip. 20 P. 24 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) ARROZ CON POLLO YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	2 KCal. 961 H.C. 114 Lip. 42 P. 39 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES HAMBURGUESA A LA PLANCHAS • CEBOLLA Y PIMIENTO VERDE SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	3 KCal. 828 H.C. 63 Lip. 54 P. 26 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	4 KCal. 635 H.C. 86 Lip. 16 P. 40 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO CON VERDURITAS GELATINA SIN AZUCAR PAN INTEGRAL
7 KCal. 1218 H.C. 133 Lip. 67 P. 27 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	8 KCal. 768 H.C. 88 Lip. 24 P. 53 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS CON PATATAS • ZANAHORIA YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	9 KCal. 402 H.C. 49 Lip. 14 P. 24 CHAMPIÑÓN CON CALABACIN AL AJILLO FILETE DE POLLO CON ZANAHORIA Y JUDÍAS VERDES FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	10 KCal. 690 H.C. 120 Lip. 11 P. 34 SOPA DE COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	11 KCal. 658 H.C. 72 Lip. 25 P. 38 PATATAS A LO POBRE MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL
14 KCal. 673 H.C. 77 Lip. 24 P. 41 CREMA DE CALABACIN LOMO FRESCO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	15 KCal. 524 H.C. 55 Lip. 21 P. 30 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) RAGOUT DE POLLO CON VERDURITAS YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	16 KCal. 663 H.C. 72 Lip. 17 P. 60 PURE GUISANTES BACALADILLA AL HORNO • GUARNICION TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	17 KCal. 612 H.C. 78 Lip. 21 P. 33 PATATAS GUISADAS MUSLITOS DE POLLO AL HORNO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	18 KCal. 976 H.C. 83 Lip. 57 P. 37 LENTEJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA SIN AZUCAR PAN INTEGRAL
21 KCal. 915 H.C. 119 Lip. 38 P. 31 PAELLA VEGETAL FILETE DE CABALLA A LA ESPALDA • SALTEADO CAMPESTRE FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	22 KCal. 764 H.C. 110 Lip. 17 P. 47 PURRUSALDA POLLO ESTOFADO CON VERDURAS Y ARROZ YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	23 KCal. 690 H.C. 120 Lip. 11 P. 34 SOPA DE COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) COCIDO (bajo en grasa, sin cerdo) FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	24 KCal. 921 H.C. 82 Lip. 57 P. 24 PURE DE CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	25 KCal. 686 H.C. 85 Lip. 16 P. 54 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL
28 KCal. 515 H.C. 67 Lip. 14 P. 29 SOPA DE POLLO CON PASTA SIN GLUTEN CONEJO AL AJILLO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	29 KCal. 747 H.C. 82 Lip. 27 P. 49 PATATAS CON CALABAZA MAGRO DE CERDO GUISADO CON ZANAHORIA Y PATATAS YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	30 KCal. 765 H.C. 81 Lip. 25 P. 59 PURE DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE • PIMIENTO ROJO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 596 H.C. 53 Lip. 25 P. 42 TRITURADO DE POLLO CON PATATA, ZANAHORIA Y CALABACIN YOGUR	2 KCal. 569 H.C. 52 Lip. 29 P. 28 PURE DE CALABACIN Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	3 KCal. 527 H.C. 49 Lip. 24 P. 31 PURE DE CALABAZA, ZANAHORIA Y PAVO CREMA DE FRUTA	4 KCal. 715 H.C. 78 Lip. 32 P. 30 PURE DE LEGUMBRES Y POLLO NATILLAS
7 KCal. 572 H.C. 52 Lip. 33 P. 20 TRITURADO DE PECHUGA DE POLLO CON VERDURAS CREMA DE FRUTA	8 KCal. 487 H.C. 51 Lip. 20 P. 27 TRITURADO ALUBIAS CON MERLUZA YOGUR	9 KCal. 588 H.C. 48 Lip. 29 P. 37 PURE DE CALABACIN Y FILETE DE TERNERA CREMA DE FRUTA	10 KCal. 551 H.C. 59 Lip. 26 P. 24 TRITURADO DE GARBANZOS Y POLLO CREMA DE FRUTA	11 KCal. 624 H.C. 64 Lip. 30 P. 28 PURE DE PUERRO, ZANAHORIA Y MERLUZA FLAN DE VAINILLA
14 KCal. 572 H.C. 52 Lip. 33 P. 20 TRITURADO DE PECHUGA DE POLLO CON VERDURAS CREMA DE FRUTA	15 KCal. 651 H.C. 79 Lip. 26 P. 29 PURE DE PUERRO, ZANAHORIA, ARROZ Y MERLUZA YOGUR	16 KCal. 656 H.C. 68 Lip. 33 P. 25 PURE DE GUISANTES Y HUEVO CREMA DE FRUTA	17 KCal. 587 H.C. 57 Lip. 29 P. 28 PURE DE PUERRO, CALABAZA Y PAVO CREMA DE FRUTA	18 KCal. 660 H.C. 86 Lip. 20 P. 39 TRITURADO DE LENTEJAS Y JAMON COCIDO GELATINA
21 KCal. 618 H.C. 54 Lip. 29 P. 39 TRITURADO DE TERNERA CON CALABAZA, ZANAHORIA, PATATA Y ACELGAS CREMA DE FRUTA	22 KCal. 598 H.C. 49 Lip. 32 P. 31 PURE DE CALABACIN Y MERLUZA YOGUR	23 KCal. 551 H.C. 59 Lip. 26 P. 24 TRITURADO DE GARBANZOS Y POLLO CREMA DE FRUTA	24 KCal. 622 H.C. 82 Lip. 23 P. 26 PURE DE PUERRO, ZANAHORIA, ARROZ Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	25 KCal. 549 H.C. 62 Lip. 23 P. 27 TRITURADO ALUBIAS CON MERLUZA NATILLAS
28 KCal. 577 H.C. 58 Lip. 29 P. 25 PURE DE PUERRO, ZANAHORIA Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	29 KCal. 603 H.C. 69 Lip. 24 P. 32 PURE DE CALABAZA, ARROZ Y FILETE DE TERNERA YOGUR	30 KCal. 533 H.C. 53 Lip. 28 P. 20 PURE DE CALABACIN Y PECHUGA DE POLLO CREMA DE FRUTA		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 844 H.C. 118 Lip. 28 P. 36 PAELLA VEGETAL JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ZANAHORIA YOGUR PAN	2 KCal. 874 H.C. 109 Lip. 25 P. 58 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES ABADEJO AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE CREMA DE FRUTA PAN	3 KCal. 849 H.C. 69 Lip. 54 P. 26 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE TOMATE CREMA DE FRUTA PAN	4 KCal. 933 H.C. 140 Lip. 17 P. 61 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ NATILLAS PAN
7 KCal. 1106 H.C. 126 Lip. 58 P. 25 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE TOMATE CREMA DE FRUTA PAN	8 KCal. 824 H.C. 110 Lip. 24 P. 45 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA ALBONDIGAS DE MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA YOGUR PAN	9 KCal. 748 H.C. 133 Lip. 16 P. 24 PURE DE VERDURAS CANELONES ROSSINI CREMA DE FRUTA PAN	10 KCal. 889 H.C. 108 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO CREMA DE FRUTA PAN	11 KCal. 986 H.C. 95 Lip. 48 P. 41 ENSALADILLA RUSA MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 849 H.C. 113 Lip. 31 P. 38 CREMA DE CALABACIN HAMBURGUESA (cerdo y ternera) EN SALSA BARBACOA CASERA CON PATATAS CREMA DE FRUTA PAN	15 KCal. 654 H.C. 68 Lip. 28 P. 37 BROCOLI REHOGADO POLLO ASADO ESTILO TUNEZ YOGUR PAN	16 KCal. 828 H.C. 84 Lip. 26 P. 69 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO BACALADILLA EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATA PANADERA CREMA DE FRUTA PAN	17 KCal. 640 H.C. 80 Lip. 20 P. 38 PATATAS CON CHOCO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA DE TOMATE CREMA DE FRUTA PAN	18 KCal. 892 H.C. 85 Lip. 50 P. 28 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE TOMATE GELATINA PAN
21 KCal. 852 H.C. 121 Lip. 22 P. 49 ARROZ DE LA HUERTA LIMANDA AL HORNO • GUARNICION TOMATE CREMA DE FRUTA PAN	22 KCal. 692 H.C. 89 Lip. 16 P. 52 PUDING DE COLORES (coliflor, zanahoria y espinacas) RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ YOGUR PAN	23 KCal. 889 H.C. 108 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO CREMA DE FRUTA PAN	24 KCal. 678 H.C. 101 Lip. 23 P. 21 PURE DE CALABAZA TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS • ENSALADA DE TOMATE CREMA DE FRUTA PAN	25 KCal. 782 H.C. 106 Lip. 18 P. 54 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA NATILLAS PAN
28 KCal. 758 H.C. 108 Lip. 25 P. 29 SOPA DE LETRAS ALBONDIGAS VEGETALES (soja) EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATAS CREMA DE FRUTA PAN	29 KCal. 822 H.C. 87 Lip. 32 P. 51 BROCOLI AL VAPOR MAGRO DE CERDO CON SALSA AGRIDULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ YOGUR PAN	30 KCal. 828 H.C. 95 Lip. 24 P. 62 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE CREMA DE FRUTA PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 509 H.C. 37 Lip. 23 P. 40 TRITURADO DE VERDURAS Y ATUN CREMA DE FRUTA	2 KCal. 569 H.C. 52 Lip. 29 P. 28 PURE DE CALABACIN Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	3 KCal. 429 H.C. 45 Lip. 16 P. 28 TRITURADO DE PAVO CON VERDURAS CREMA DE FRUTA	4 KCal. 624 H.C. 71 Lip. 27 P. 27 PURE DE LEGUMBRES Y POLLO CREMA DE FRUTA
7 KCal. 475 H.C. 46 Lip. 17 P. 37 TRITURADO DE POLLO CON VERDURAS CREMA DE FRUTA	8 KCal. 458 H.C. 54 Lip. 18 P. 23 TRITURADO ALUBIAS CON MERLUZA CREMA DE FRUTA	9 KCal. 588 H.C. 48 Lip. 29 P. 37 PURE DE CALABACIN Y FILETE DE TERNERA CREMA DE FRUTA	10 KCal. 551 H.C. 59 Lip. 26 P. 24 TRITURADO DE GARBANZOS Y POLLO CREMA DE FRUTA	11 KCal. 509 H.C. 37 Lip. 23 P. 40 TRITURADO DE VERDURAS Y ATUN CREMA DE FRUTA
14 KCal. 475 H.C. 46 Lip. 17 P. 37 TRITURADO DE POLLO CON VERDURAS CREMA DE FRUTA	15 KCal. 569 H.C. 52 Lip. 29 P. 28 PURE DE CALABACIN Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	16 KCal. 656 H.C. 68 Lip. 33 P. 25 PURE DE GUISANTES Y HUEVO CREMA DE FRUTA	17 KCal. 429 H.C. 45 Lip. 16 P. 28 TRITURADO DE PAVO CON VERDURAS CREMA DE FRUTA	18 KCal. 647 H.C. 82 Lip. 20 P. 39 TRITURADO DE LENTEJAS Y JAMON COCIDO CREMA DE FRUTA
21 KCal. 509 H.C. 37 Lip. 23 P. 40 TRITURADO DE VERDURAS Y ATUN CREMA DE FRUTA	22 KCal. 569 H.C. 52 Lip. 29 P. 28 PURE DE CALABACIN Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	23 KCal. 551 H.C. 59 Lip. 26 P. 24 TRITURADO DE GARBANZOS Y POLLO CREMA DE FRUTA	24 KCal. 569 H.C. 52 Lip. 29 P. 28 PURE DE CALABACIN Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	25 KCal. 458 H.C. 54 Lip. 18 P. 23 TRITURADO ALUBIAS CON MERLUZA CREMA DE FRUTA
28 KCal. 509 H.C. 37 Lip. 23 P. 40 TRITURADO DE VERDURAS Y ATUN CREMA DE FRUTA	29 KCal. 588 H.C. 48 Lip. 29 P. 37 PURE DE CALABACIN Y FILETE DE TERNERA CREMA DE FRUTA	30 KCal. 533 H.C. 53 Lip. 28 P. 20 PURE DE CALABACIN Y PECHUGA DE POLLO CREMA DE FRUTA		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.

Septiembre 2026

LDE00269: BASAL, POSTRE FACIL MASTICACION

ADULTO / COMIDA / MENU BASAL A



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 764 H.C. 123 Lip. 20 P. 30 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PAELLA VALENCIANA YOGUR PAN	2 KCal. 1050 H.C. 143 Lip. 44 P. 24 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES BUÑUELOS DE BACALAO • ENSALADA LECHUGA CREMA DE FRUTA PAN	3 KCal. 837 H.C. 66 Lip. 54 P. 26 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA CREMA DE FRUTA PAN	4 KCal. 933 H.C. 140 Lip. 17 P. 61 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ NATILLAS PAN
7 KCal. 1179 H.C. 128 Lip. 65 P. 26 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO CREMA DE FRUTA PAN	8 KCal. 824 H.C. 110 Lip. 24 P. 45 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA ALBONDIGAS DE MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA YOGUR PAN	9 KCal. 748 H.C. 133 Lip. 16 P. 24 PURE DE VERDURAS CANELONES ROSSINI CREMA DE FRUTA PAN	10 KCal. 889 H.C. 108 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO CREMA DE FRUTA PAN	11 KCal. 986 H.C. 95 Lip. 48 P. 41 ENSALADILLA RUSA MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 849 H.C. 113 Lip. 31 P. 38 CREMA DE CALABACIN HAMBURGUESA (cerdo y ternera) EN SALSA BARBACOA CASERA CON PATATAS CREMA DE FRUTA PAN	15 KCal. 620 H.C. 68 Lip. 25 P. 35 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) POLLO ASADO ESTILO TUNEZ YOGUR PAN	16 KCal. 828 H.C. 84 Lip. 26 P. 69 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO BACALADILLA EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATA PANADERA CREMA DE FRUTA PAN	17 KCal. 1259 H.C. 78 Lip. 71 P. 80 PATATAS CON CHOCO ALITAS DE POLLO MARINADAS AL HORNO • ENSALADA LECHUGA CREMA DE FRUTA PAN	18 KCal. 923 H.C. 84 Lip. 54 P. 28 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA PAN
21 KCal. 853 H.C. 121 Lip. 22 P. 51 ARROZ DE LA HUERTA CABALLA • GUARNICION TOMATE CREMA DE FRUTA PAN	22 KCal. 692 H.C. 89 Lip. 16 P. 52 PUDING DE COLORES (coliflor, zanahoria y espinacas) RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ YOGUR PAN	23 KCal. 889 H.C. 108 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO CREMA DE FRUTA PAN	24 KCal. 750 H.C. 103 Lip. 29 P. 21 PURE DE CALABAZA TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO CREMA DE FRUTA PAN	25 KCal. 782 H.C. 106 Lip. 18 P. 54 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA NATILLAS PAN
28 KCal. 758 H.C. 108 Lip. 25 P. 29 SOPA DE LETRAS ALBONDIGAS VEGETALES (soja) EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATAS CREMA DE FRUTA PAN	29 KCal. 822 H.C. 87 Lip. 32 P. 51 BROCOLI AL VAPOR MAGRO DE CERDO CON SALSA AGRIDULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ YOGUR PAN	30 KCal. 828 H.C. 95 Lip. 24 P. 62 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE CREMA DE FRUTA PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 596 H.C. 53 Lip. 25 P. 42 TRITURADO DE POLLO CON PATATA, ZANAHORIA Y CALABACIN YOGUR	2 KCal. 569 H.C. 52 Lip. 29 P. 28 PURE DE CALABACIN Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	3 KCal. 527 H.C. 49 Lip. 24 P. 31 PURE DE CALABAZA, ZANAHORIA Y PAVO CREMA DE FRUTA	4 KCal. 715 H.C. 78 Lip. 32 P. 30 PURE DE LEGUMBRES Y POLLO NATILLAS
7 KCal. 572 H.C. 52 Lip. 33 P. 20 TRITURADO DE PECHUGA DE POLLO CON VERDURAS CREMA DE FRUTA	8 KCal. 487 H.C. 51 Lip. 20 P. 27 TRITURADO ALUBIAS CON MERLUZA YOGUR	9 KCal. 588 H.C. 48 Lip. 29 P. 37 PURE DE CALABACIN Y FILETE DE TERNERA CREMA DE FRUTA	10 KCal. 551 H.C. 59 Lip. 26 P. 24 TRITURADO DE GARBANZOS Y POLLO CREMA DE FRUTA	11 KCal. 624 H.C. 64 Lip. 30 P. 28 PURE DE PUERRO, ZANAHORIA Y MERLUZA FLAN DE VAINILLA
14 KCal. 572 H.C. 52 Lip. 33 P. 20 TRITURADO DE PECHUGA DE POLLO CON VERDURAS CREMA DE FRUTA	15 KCal. 651 H.C. 79 Lip. 26 P. 29 PURE DE PUERRO, ZANAHORIA, ARROZ Y MERLUZA YOGUR	16 KCal. 656 H.C. 68 Lip. 33 P. 25 PURE DE GUISANTES Y HUEVO CREMA DE FRUTA	17 KCal. 587 H.C. 57 Lip. 29 P. 28 PURE DE PUERRO, CALABAZA Y PAVO CREMA DE FRUTA	18 KCal. 660 H.C. 86 Lip. 20 P. 39 TRITURADO DE LENTEJAS Y JAMON COCIDO GELATINA
21 KCal. 618 H.C. 54 Lip. 29 P. 39 TRITURADO DE TERNERA CON CALABAZA, ZANAHORIA, PATATA Y ACELGAS CREMA DE FRUTA	22 KCal. 598 H.C. 49 Lip. 32 P. 31 PURE DE CALABACIN Y MERLUZA YOGUR	23 KCal. 551 H.C. 59 Lip. 26 P. 24 TRITURADO DE GARBANZOS Y POLLO CREMA DE FRUTA	24 KCal. 622 H.C. 82 Lip. 23 P. 26 PURE DE PUERRO, ZANAHORIA, ARROZ Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	25 KCal. 549 H.C. 62 Lip. 23 P. 27 TRITURADO ALUBIAS CON MERLUZA NATILLAS
28 KCal. 577 H.C. 58 Lip. 29 P. 25 PURE DE PUERRO, ZANAHORIA Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	29 KCal. 603 H.C. 69 Lip. 24 P. 32 PURE DE CALABAZA, ARROZ Y FILETE DE TERNERA YOGUR	30 KCal. 533 H.C. 53 Lip. 28 P. 20 PURE DE CALABACIN Y PECHUGA DE POLLO CREMA DE FRUTA		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	Crema de verduras Pollo pepiroria con ensalada Fruta	2	3 Coliflor en salsa Merluza a la romana con ensalada Fruta	4	5 Macarrones cn tomate Salmón a la naranja Yogur
7	Menú de Bienvenida Arroz con tomate Caballa en aceite con ensalada del tiempo (lechuga, maíz y zanahoria) Manzana	8	9 Crema de zanahoria ecológica Pollo asado con cous cous Pera	10	11 Judías verdes rehogadas con patata Croquetas de jamón con ensalada de lechuga Yogur natural-Pan integral
14	Puré de verdura ecológico Salmón al horno al eneldo con ensalada de lechuga Manzana	15	16 Ensalada primaveral (patata ,lechuga, tomate, maíz, zanahoria) Pollo al horno con salsa de zanahoria y pimiento Pera	17	18 Garbanzos estofados al curry Abadejo rebozado con ensalada del tiempo (lechuga, maíz y zanahoria) Plátano-Pan integral
21	Brócoli rehogado Huevos con patatas fritas Manzana	22	23 Arroz con tomate Contramuslo de pollo a la plancha con ensalada del tiempo (lechuga, maíz y zanahoria) Pera	24	25 Patatas guisadas con verduras Hamburguesa mixta a la plancha con ensalada de lechuga Yogur natural-Pan integral
28	Crema de calabacín ecológica Boquerones a la andaluza con ensalada de colores (lechuga, aceituna y maíz) Manzana	29	30 Guisantes rehogados Lacón al horno con ensalada del tiempo (lechuga, maíz y zanahoria) Pera		



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 764 H.C. 123 Lip. 20 P. 30 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PAELLA VALENCIANA YOGUR PAN	2 KCal. 1067 H.C. 147 Lip. 44 P. 25 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES BUÑUELOS DE BACALAO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 854 H.C. 70 Lip. 54 P. 27 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 933 H.C. 140 Lip. 17 P. 61 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ NATILLAS PAN
7 KCal. 1196 H.C. 132 Lip. 65 P. 26 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	8 KCal. 824 H.C. 110 Lip. 24 P. 45 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA ALBONDIGAS DE MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA YOGUR PAN	9 KCal. 766 H.C. 137 Lip. 16 P. 25 PURE DE VERDURAS CANELONES ROSSINI FRUTA DE TEMPORADA PAN	10 KCal. 906 H.C. 112 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 986 H.C. 95 Lip. 48 P. 41 ENSALADILLA RUSA MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 866 H.C. 116 Lip. 32 P. 39 CREMA DE CALABACIN HAMBURGUESA (cerdo y ternera) EN SALSA BARBACOA CASERA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	15 KCal. 620 H.C. 68 Lip. 25 P. 35 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) POLLO ASADO ESTILO TUNEZ YOGUR PAN	16 KCal. 845 H.C. 87 Lip. 26 P. 70 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO BACALADILLA EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATA PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 1276 H.C. 81 Lip. 72 P. 81 PATATAS CON CHOCO ALITAS DE POLLO MARINADAS AL HORNO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 923 H.C. 84 Lip. 54 P. 28 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA PAN
21 KCal. 870 H.C. 125 Lip. 22 P. 51 ARROZ DE LA HUERTA CABALLA • GUARNICION TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	22 KCal. 692 H.C. 89 Lip. 16 P. 52 PUDING DE COLORES (coliflor, zanahoria y espinacas) RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ YOGUR PAN	23 KCal. 906 H.C. 112 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	24 KCal. 768 H.C. 107 Lip. 30 P. 22 PURE DE CALABAZA TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 782 H.C. 106 Lip. 18 P. 54 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA NATILLAS PAN
28 KCal. 775 H.C. 111 Lip. 25 P. 30 SOPA DE LETRAS ALBONDIGAS VEGETALES (soja) EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	29 KCal. 822 H.C. 87 Lip. 32 P. 51 BROCOLI AL VAPOR MAGRO DE CERDO CON SALSA AGRIDULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ YOGUR PAN	30 KCal. 845 H.C. 99 Lip. 25 P. 62 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.

Septiembre 2026

LAL01332: NO ARROZ, CRUCIFERAS, MANZANA, PLATANO,
SETAS

ADULTO / COMIDA / MENU BASAL A



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 646 H.C. 60 Lip. 31 P. 35 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) JAMONCITOS DE POLLO ASADOS ZANAHORIA YOGUR PAN	2 KCal. 953 H.C. 127 Lip. 37 P. 33 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS BUÑUELOS DE BACALAO ENSALADA LECHUGA PERA PAN	3 KCal. 828 H.C. 62 Lip. 54 P. 27 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA ENSALADA LECHUGA NARANJA PAN	4 KCal. 859 H.C. 107 Lip. 20 P. 68 LENTEJAS A LA HORTELANA FILETE DE LIMANDA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA NATILLAS PAN
7 KCal. 960 H.C. 83 Lip. 61 P. 24 PURE DE ZANAHORIA TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO NARANJA PAN	8 KCal. 824 H.C. 110 Lip. 24 P. 45 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA ALBONDIGAS DE MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA YOGUR PAN	9 KCal. 740 H.C. 130 Lip. 16 P. 25 PURE DE VERDURAS CANELONES ROSSINI NARANJA PAN	10 KCal. 690 H.C. 112 Lip. 13 P. 36 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO NARANJA PAN	11 KCal. 986 H.C. 95 Lip. 48 P. 41 ENSALADILLA RUSA MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 840 H.C. 109 Lip. 32 P. 19 CREMA DE CALABACIN HAMBURGUESA (cerdo y ternera) EN SALSA BARBACOA CASERA CON PATATAS NARANJA PAN	15 KCal. 620 H.C. 68 Lip. 25 P. 35 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) POLLO ASADO ESTILO TUNEZ YOGUR PAN	16 KCal. 819 H.C. 80 Lip. 26 P. 70 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO BACALADILLA EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATA PANADERA NARANJA PAN	17 KCal. 619 H.C. 74 Lip. 20 P. 39 PATATAS CON CHOCO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS ENSALADA LECHUGA NARANJA PAN	18 KCal. 923 H.C. 84 Lip. 54 P. 28 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA PAN
21 KCal. 735 H.C. 82 Lip. 25 P. 51 PURE DE PUERROS CABALLA GUARNICION TOMATE NARANJA PAN	22 KCal. 655 H.C. 88 Lip. 21 P. 32 PURRUSALDA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA ZANAHORIA YOGUR PAN	23 KCal. 690 H.C. 112 Lip. 13 P. 36 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO NARANJA PAN	24 KCal. 742 H.C. 99 Lip. 30 P. 22 PURE DE CALABAZA TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO NARANJA PAN	25 KCal. 782 H.C. 106 Lip. 18 P. 54 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA NATILLAS PAN
28 KCal. 749 H.C. 104 Lip. 25 P. 30 SOPA DE LETRAS ALBONDIGAS VEGETALES (soja) EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATAS NARANJA PAN	29 KCal. 796 H.C. 91 Lip. 29 P. 48 PATATAS CON CALABAZA MAGRO DE CERDO GUIADO CON ZANAHORIA Y PATATAS YOGUR PAN	30 KCal. 819 H.C. 92 Lip. 25 P. 62 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE NARANJA PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 646 H.C. 60 Lip. 31 P. 35 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ZANAHORIA YOGUR PAN	2 KCal. 1067 H.C. 147 Lip. 44 P. 25 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES BUÑUELOS DE BACALAO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 899 H.C. 61 Lip. 61 P. 30 ALCACHOFAS REHOGADAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 862 H.C. 104 Lip. 22 P. 68 LENTEJAS A LA HORTELANA FILETE DE LIMANDA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA NATILLAS PAN
7 KCal. 1181 H.C. 137 Lip. 62 P. 26 ARROZ CON ZANAHORIA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	8 KCal. 884 H.C. 96 Lip. 32 P. 57 JUDIAS BLANCAS CASERAS MERLUZA AL HORNO • ZANAHORIA YOGUR PAN	9 KCal. 429 H.C. 56 Lip. 12 P. 28 CHAMPIÑÓN CON CALABACIN AL AJILLO PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	10 KCal. 711 H.C. 122 Lip. 13 P. 33 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS DE MAÍZ COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 986 H.C. 95 Lip. 48 P. 41 ENSALADILLA RUSA MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 930 H.C. 85 Lip. 49 P. 41 CREMA DE CALABACÍN HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA FRUTA DE TEMPORADA PAN	15 KCal. 498 H.C. 55 Lip. 18 P. 31 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA YOGUR PAN	16 KCal. 835 H.C. 84 Lip. 27 P. 69 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO ABADEJO AL HORNO CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 583 H.C. 62 Lip. 23 P. 34 ACELGAS CON REFrito JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 1072 H.C. 107 Lip. 57 P. 38 LENTEJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA PAN
21 KCal. 865 H.C. 124 Lip. 22 P. 51 PAELLA VEGETAL CABALLA • GUARNICION TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	22 KCal. 655 H.C. 88 Lip. 21 P. 32 PURRUSALDA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • ZANAHORIA YOGUR PAN	23 KCal. 711 H.C. 122 Lip. 13 P. 33 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS DE MAÍZ COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	24 KCal. 555 H.C. 82 Lip. 15 P. 29 PURE DE CALABAZA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 802 H.C. 110 Lip. 18 P. 55 JUDIAS BLANCAS CASERAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA NATILLAS PAN
28 KCal. 671 H.C. 64 Lip. 24 P. 54 PURE DE VERDURA Y CHAMPIÑONES PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA • CHAMPIÑON FRUTA DE TEMPORADA PAN	29 KCal. 2141 H.C. 58 Lip. 71 P. 317 BROCOLI AL VAPOR LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • ZANAHORIA YOGUR PAN	30 KCal. 745 H.C. 82 Lip. 22 P. 59 PURE DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO CON VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 771 H.C. 127 Lip. 22 P. 24 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) ARROZ CON POLLO YOGUR PAN	2 KCal. 2207 H.C. 93 Lip. 62 P. 324 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 854 H.C. 70 Lip. 54 P. 27 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 933 H.C. 140 Lip. 17 P. 61 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ NATILLAS PAN
7 KCal. 1196 H.C. 132 Lip. 65 P. 26 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	8 KCal. 855 H.C. 97 Lip. 33 P. 48 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA POLLO ASADO CON VERDURAS Y PATATA PARISINA YOGUR PAN	9 KCal. 686 H.C. 97 Lip. 23 P. 29 PURE DE VERDURAS FILETE DE POLLO CON TOMATE Y PIMIENTOS FRUTA DE TEMPORADA PAN	10 KCal. 906 H.C. 112 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 809 H.C. 96 Lip. 29 P. 46 PATATAS A LO POBRE LOMO DE CERDO EN SALSA CON VERDURAS Y PATATA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 866 H.C. 116 Lip. 32 P. 39 CREMA DE CALABACIN HAMBURGUESA (cerdo y ternera) EN SALSA BARBACOA CASERA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	15 KCal. 620 H.C. 68 Lip. 25 P. 35 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) POLLO ASADO ESTILO TUNEZ YOGUR PAN	16 KCal. 939 H.C. 81 Lip. 39 P. 70 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO MAGRO ESTOFADO CON VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 1275 H.C. 84 Lip. 73 P. 75 PATATAS GUISADAS ALITAS DE POLLO MARINADAS AL HORNO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 923 H.C. 84 Lip. 54 P. 28 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA PAN
21 KCal. 1127 H.C. 144 Lip. 46 P. 42 ARROZ DE LA HUERTA SALCHICHAS DE PAVO CON TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	22 KCal. 692 H.C. 89 Lip. 16 P. 52 PUDING DE COLORES (coliflor, zanahoria y espinacas) RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ YOGUR PAN	23 KCal. 906 H.C. 112 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	24 KCal. 768 H.C. 107 Lip. 30 P. 22 PURE DE CALABAZA TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 899 H.C. 112 Lip. 27 P. 59 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS LOMO DE CERDO EN SALSA CON VERDURAS Y PATATA NATILLAS PAN
28 KCal. 775 H.C. 111 Lip. 25 P. 30 SOPA DE LETRAS ALBONDIGAS VEGETALES (soja) EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	29 KCal. 822 H.C. 87 Lip. 32 P. 51 BROCOLI AL VAPOR MAGRO DE CERDO CON SALSA AGRIDULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ YOGUR PAN	30 KCal. 716 H.C. 101 Lip. 22 P. 35 CREMA DE ZANAHORIA JAMONCITOS DE POLLO ASADOS CON CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 719 H.C. 126 Lip. 18 P. 21 VERDURAS SALTEADAS ARROZ CON POLLO YOGUR PAN	2 KCal. 1021 H.C. 161 Lip. 35 P. 22 ARROZ BLANCO BUÑUELOS DE BACALAO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 854 H.C. 70 Lip. 54 P. 27 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 964 H.C. 143 Lip. 19 P. 63 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ NATILLAS PAN
7 KCal. 1181 H.C. 137 Lip. 62 P. 26 ARROZ CON ZANAHORIA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	8 KCal. 822 H.C. 118 Lip. 19 P. 49 JUDIAS BLANCAS CASERAS ALBONDIGAS DE MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA YOGUR PAN	9 KCal. 672 H.C. 105 Lip. 18 P. 29 PURE DE VERDURAS PECHUGA DE POLLO EN SALSA DE CALABACIN CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN	10 KCal. 711 H.C. 122 Lip. 13 P. 33 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS DE MAÍZ COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 986 H.C. 95 Lip. 48 P. 41 ENSALADILLA RUSA MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 1025 H.C. 99 Lip. 53 P. 43 CREMA DE CALABACIN HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA • ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	15 KCal. 654 H.C. 68 Lip. 28 P. 37 BROCOLI REHOGADO POLLO ASADO ESTILO TUNEZ YOGUR PAN	16 KCal. 835 H.C. 84 Lip. 27 P. 69 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO ABADEJO AL HORNO CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 644 H.C. 84 Lip. 22 P. 32 PATATAS GUIADAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 1072 H.C. 107 Lip. 57 P. 38 LENTEJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA PAN
21 KCal. 906 H.C. 121 Lip. 28 P. 51 PAELLA VEGETAL CABALLA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	22 KCal. 829 H.C. 121 Lip. 19 P. 49 PURRUSALDA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ YOGUR PAN	23 KCal. 711 H.C. 122 Lip. 13 P. 33 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS DE MAÍZ COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	24 KCal. 768 H.C. 107 Lip. 30 P. 22 PURE DE CALABAZA TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 797 H.C. 105 Lip. 20 P. 54 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA NATILLAS PAN
28 KCal. 846 H.C. 90 Lip. 41 P. 31 SOPA DE POLLO CON PASTA SIN GLUTEN ALBONDIGAS MIXTAS (ternera y cerdo) EN SALSA JARDINERA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	29 KCal. 754 H.C. 66 Lip. 34 P. 50 BROCOLI AL VAPOR MAGRO DE CERDO GUIADO CON ZANAHORIA Y PATATAS YOGUR PAN	30 KCal. 845 H.C. 99 Lip. 25 P. 62 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	2 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	3 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	4 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA
7 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	8 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	9 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	10 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	11 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA
14 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	15 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	16 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	17 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	18 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA
21 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	22 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	23 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	24 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	25 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA
28 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	29 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	30 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 723 H.C. 117 Lip. 20 P. 24 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) ARROZ CON POLLO YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	2 KCal. 2204 H.C. 90 Lip. 63 P. 323 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • CEBOLLA Y PIMIENTO VERDE SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	3 KCal. 828 H.C. 63 Lip. 54 P. 26 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	4 KCal. 635 H.C. 86 Lip. 16 P. 40 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO CON VERDURITAS GELATINA SIN AZUCAR PAN INTEGRAL
7 KCal. 1218 H.C. 133 Lip. 67 P. 27 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	8 KCal. 796 H.C. 78 Lip. 25 P. 67 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA ABADEJO AL HORNO • ZANAHORIA YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	9 KCal. 482 H.C. 69 Lip. 14 P. 23 PURE DE VERDURAS FILETE DE POLLO CON ZANAHORIA Y JUDÍAS VERDES FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	10 KCal. 719 H.C. 124 Lip. 17 P. 23 SOPA CON FIDEOS DE MAIZ GARBANZOS ESTOFADOS FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	11 KCal. 605 H.C. 57 Lip. 18 P. 54 REPOLLO AL AJOARRIERO FILETE DE LIMANDA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL
14 KCal. 673 H.C. 77 Lip. 24 P. 41 CREMA DE CALABACÍN LOMO FRESCO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	15 KCal. 524 H.C. 55 Lip. 21 P. 30 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) RAGOUT DE POLLO CON VERDURITAS YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	16 KCal. 698 H.C. 81 Lip. 17 P. 61 PURE GUISANTES ABADEJO AL HORNO CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	17 KCal. 612 H.C. 78 Lip. 21 P. 33 PATATAS GUISADAS MUSLITOS DE POLLO AL HORNO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	18 KCal. 976 H.C. 83 Lip. 57 P. 37 LENTEJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA SIN AZUCAR PAN INTEGRAL
21 KCal. 890 H.C. 118 Lip. 28 P. 48 PAELLA VEGETAL LIMANDA AL HORNO • SALTEADO CAMPESTRE FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	22 KCal. 764 H.C. 110 Lip. 17 P. 47 PURRUSALDA POLLO ESTOFADO CON VERDURAS Y ARROZ YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	23 KCal. 719 H.C. 124 Lip. 17 P. 23 SOPA CON FIDEOS DE MAIZ GARBANZOS ESTOFADOS FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	24 KCal. 921 H.C. 82 Lip. 57 P. 24 PURE DE CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	25 KCal. 772 H.C. 79 Lip. 21 P. 69 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS ABADEJO AL HORNO • PIMIENTO ROJO YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL
28 KCal. 515 H.C. 67 Lip. 14 P. 29 SOPA DE POLLO CON PASTA SIN GLUTEN CONEJO AL AJILLO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	29 KCal. 705 H.C. 56 Lip. 32 P. 50 BROCOLI AL VAPOR MAGRO DE CERDO GUISADO CON ZANAHORIA Y PATATAS YOGUR AROMAS DESNATADO PAN INTEGRAL	30 KCal. 636 H.C. 77 Lip. 17 P. 49 PURE DE ZANAHORIA FILETE DE LIMANDA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.

LDE00301: TRITURADO LACTEO DESNATADO, SIN SAL, NO
ACELGAS, CRUCIFERAS, ESPINACAS, LECHUGA, NARANJA,
PLATANO, TOMATE
ADULTO / COMIDA / MENU SIN SAL AÑADIDA



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 574 H.C. 50 Lip. 23 P. 44 TRITURADO DE POLLO CON PATATA, ZANAHORIA Y CALABACIN YOGUR AROMAS DESNATADO	2 KCal. 569 H.C. 52 Lip. 29 P. 28 PURE DE CALABACIN Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	3 KCal. 527 H.C. 49 Lip. 24 P. 31 PURE DE CALABAZA, ZANAHORIA Y PAVO CREMA DE FRUTA	4 KCal. 630 H.C. 65 Lip. 28 P. 31 PURE DE LEGUMBRES Y POLLO YOGUR AROMAS DESNATADO
7 KCal. 567 H.C. 56 Lip. 23 P. 39 TRITURADO DE POLLO CON PATATA, ZANAHORIA Y CALABACIN CREMA DE FRUTA	8 KCal. 464 H.C. 48 Lip. 18 P. 28 TRITURADO ALUBIAS CON MERLUZA YOGUR AROMAS DESNATADO	9 KCal. 588 H.C. 48 Lip. 29 P. 37 PURE DE CALABACIN Y FILETE DE TERNERA CREMA DE FRUTA	10 KCal. 551 H.C. 59 Lip. 26 P. 24 TRITURADO DE GARBANZOS Y POLLO CREMA DE FRUTA	11 KCal. 583 H.C. 53 Lip. 29 P. 30 PURE DE PUERRO, ZANAHORIA Y MERLUZA YOGUR AROMAS DESNATADO
14 KCal. 567 H.C. 56 Lip. 23 P. 39 TRITURADO DE POLLO CON PATATA, ZANAHORIA Y CALABACIN CREMA DE FRUTA	15 KCal. 628 H.C. 76 Lip. 24 P. 30 PURE DE PUERRO, ZANAHORIA, ARROZ Y MERLUZA YOGUR AROMAS DESNATADO	16 KCal. 656 H.C. 68 Lip. 33 P. 25 PURE DE GUISANTES Y HUEVO CREMA DE FRUTA	17 KCal. 587 H.C. 57 Lip. 29 P. 28 PURE DE PUERRO, CALABAZA Y PAVO CREMA DE FRUTA	18 KCal. 660 H.C. 86 Lip. 20 P. 39 TRITURADO DE LENTEJAS Y JAMON COCIDO GELATINA
21 KCal. 567 H.C. 56 Lip. 23 P. 39 TRITURADO DE POLLO CON PATATA, ZANAHORIA Y CALABACIN CREMA DE FRUTA	22 KCal. 575 H.C. 46 Lip. 30 P. 33 PURE DE CALABACIN Y MERLUZA YOGUR AROMAS DESNATADO	23 KCal. 551 H.C. 59 Lip. 26 P. 24 TRITURADO DE GARBANZOS Y POLLO CREMA DE FRUTA	24 KCal. 622 H.C. 82 Lip. 23 P. 26 PURE DE PUERRO, ZANAHORIA, ARROZ Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	25 KCal. 464 H.C. 48 Lip. 18 P. 28 TRITURADO ALUBIAS CON MERLUZA YOGUR AROMAS DESNATADO
28 KCal. 577 H.C. 58 Lip. 29 P. 25 PURE DE PUERRO, ZANAHORIA Y MERLUZA CREMA DE FRUTA	29 KCal. 581 H.C. 66 Lip. 22 P. 34 PURE DE CALABAZA, ARROZ Y FILETE DE TERNERA YOGUR AROMAS DESNATADO	30 KCal. 533 H.C. 53 Lip. 28 P. 20 PURE DE CALABACIN Y PECHUGA DE POLLO CREMA DE FRUTA		



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 797 H.C. 136 Lip. 21 P. 23 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PAELLA DE VERDURAS YOGUR PAN	2 KCal. 949 H.C. 131 Lip. 35 P. 33 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS BUÑUELOS DE BACALAO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 1042 H.C. 120 Lip. 52 P. 29 MACCHERONI AI FORMAGGIO (macarrones con salsa de queso) TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 859 H.C. 107 Lip. 20 P. 68 LENTEJAS A LA HORTELANA FILETE DE LIMANDA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA NATILLAS PAN
7 KCal. 999 H.C. 126 Lip. 44 P. 33 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	8 KCal. 824 H.C. 110 Lip. 24 P. 45 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA ALBONDIGAS DE MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA YOGUR PAN	9 KCal. 772 H.C. 135 Lip. 18 P. 23 PURE DE VERDURAS CANELONES DE ATUN FRUTA DE TEMPORADA PAN	10 KCal. 745 H.C. 130 Lip. 17 P. 24 SOPA CON FIDEOS DE MAIZ GARBANZOS ESTOFADOS FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 986 H.C. 95 Lip. 48 P. 41 ENSALADILLA RUSA MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 1046 H.C. 94 Lip. 49 P. 62 CREMA DE CALABACIN SALMON AL HORNO • ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	15 KCal. 881 H.C. 127 Lip. 23 P. 41 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) ESPIRALES FRESCOS A LA BOLOÑESA VEGANA (soja) YOGUR PAN	16 KCal. 734 H.C. 90 Lip. 15 P. 63 PURE GUISANTES BACALADILLA EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATA PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 909 H.C. 157 Lip. 18 P. 37 PATATAS CON CHOCO GARBANZOS CON ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 923 H.C. 84 Lip. 54 P. 28 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA PAN
21 KCal. 870 H.C. 125 Lip. 22 P. 51 ARROZ DE LA HUERTA CABALLA • GUARNICION TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	22 KCal. 682 H.C. 64 Lip. 34 P. 35 PUDING DE COLORES (coliflor, zanahoria y espinacas) HUEVOS EN SALSA VERDE CON PATATAS Y GUISANTES YOGUR PAN	23 KCal. 745 H.C. 130 Lip. 17 P. 24 SOPA CON FIDEOS DE MAIZ GARBANZOS ESTOFADOS FRUTA DE TEMPORADA PAN	24 KCal. 768 H.C. 107 Lip. 30 P. 22 PURE DE CALABAZA TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 782 H.C. 106 Lip. 18 P. 54 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA NATILLAS PAN
28 KCal. 775 H.C. 111 Lip. 25 P. 30 SOPA DE LETRAS ALBONDIGAS VEGETALES (soja) EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	29 KCal. 921 H.C. 70 Lip. 59 P. 33 BROCOLI AL VAPOR HUEVOS COCIDOS CON PATATAS YOGUR PAN	30 KCal. 845 H.C. 99 Lip. 25 P. 62 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 767 H.C. 132 Lip. 20 P. 22 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PAELLA VEGETAL YOGUR PAN	2 KCal. 1067 H.C. 147 Lip. 44 P. 25 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES BUÑUELOS DE BACALAO ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 854 H.C. 70 Lip. 54 P. 27 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 859 H.C. 107 Lip. 20 P. 68 LENTEJAS A LA HORTELANA FILETE DE LIMANDA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA NATILLAS PAN
7 KCal. 1196 H.C. 132 Lip. 65 P. 26 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	8 KCal. 824 H.C. 110 Lip. 24 P. 45 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA ALBONDIGAS DE MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA YOGUR PAN	9 KCal. 748 H.C. 98 Lip. 23 P. 44 PURE DE VERDURAS COLITAS DE RAPE AL HORNO SOBRE LECHO DE PATATA Y CEBOLLA FRUTA DE TEMPORADA PAN	10 KCal. 906 H.C. 112 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 986 H.C. 95 Lip. 48 P. 41 ENSALADILLA RUSA MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 866 H.C. 116 Lip. 32 P. 39 CREMA DE CALABACIN HAMBURGUESA (cerdo y ternera) EN SALSA BARBACOA CASERA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	15 KCal. 908 H.C. 71 Lip. 58 P. 31 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) HUEVOS COCIDOS CON PATATAS YOGUR PAN	16 KCal. 845 H.C. 87 Lip. 26 P. 70 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO BACALADILLA EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATA PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 914 H.C. 158 Lip. 19 P. 38 PATATAS CON CHOCO GARBANZOS CON ARROZ ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 923 H.C. 84 Lip. 54 P. 28 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA PAN
21 KCal. 870 H.C. 125 Lip. 22 P. 51 ARROZ DE LA HUERTA CABALLA GUARNICION TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	22 KCal. 2036 H.C. 51 Lip. 62 P. 318 PUDING DE COLORES (coliflor, zanahoria y espinacas) LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA YOGUR PAN	23 KCal. 906 H.C. 112 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	24 KCal. 768 H.C. 107 Lip. 30 P. 22 PURE DE CALABAZA TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 782 H.C. 106 Lip. 18 P. 54 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA NATILLAS PAN
28 KCal. 775 H.C. 111 Lip. 25 P. 30 SOPA DE LETRAS ALBONDIGAS VEGETALES (soja) EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	29 KCal. 822 H.C. 87 Lip. 32 P. 51 BROCOLI AL VAPOR MAGRO DE CERDO CON SALSA AGRIDULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ YOGUR PAN	30 KCal. 845 H.C. 99 Lip. 25 P. 62 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 726 H.C. 123 Lip. 18 P. 26 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PAELLA VALENCIANA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	2 KCal. 801 H.C. 79 Lip. 46 P. 20 ESPARRAGOS TRIGUEROS A LA PLANCHA BUÑUELOS DE BACALAO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	3 KCal. 828 H.C. 63 Lip. 54 P. 26 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	4 KCal. 833 H.C. 130 Lip. 13 P. 57 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL
7 KCal. 938 H.C. 71 Lip. 62 P. 28 COLIFLOR SALTEADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	8 KCal. 786 H.C. 110 Lip. 22 P. 42 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA ALBONDIGAS DE MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	9 KCal. 646 H.C. 98 Lip. 18 P. 28 PURE DE VERDURAS PECHUGA DE POLLO EN SALSA DE CALABACIN CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	10 KCal. 880 H.C. 106 Lip. 33 P. 43 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	11 KCal. 632 H.C. 53 Lip. 30 P. 40 ESPINACAS CON REFRITO MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN INTEGRAL
14 KCal. 776 H.C. 80 Lip. 35 P. 43 ALCACHOFAS SALTEADAS HAMBURGUESA (cerdo y ternera) EN SALSA BARBACOA CASERA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	15 KCal. 582 H.C. 68 Lip. 23 P. 32 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) POLLO ASADO ESTILO TUNEZ FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	16 KCal. 819 H.C. 81 Lip. 26 P. 69 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO BACALADILLA EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATA PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	17 KCal. 1188 H.C. 57 Lip. 75 P. 75 ACELGAS CON REFRITO ALITAS DE POLLO MARINADAS AL HORNO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	18 KCal. 901 H.C. 78 Lip. 55 P. 28 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL
21 KCal. 567 H.C. 49 Lip. 21 P. 48 CHAMPIÑÓN CON CALABACIN AL AJILLO CABALLA • GUARNICION TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	22 KCal. 703 H.C. 81 Lip. 23 P. 48 ESPINACAS CON REFRITO RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	23 KCal. 880 H.C. 106 Lip. 33 P. 43 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	24 KCal. 966 H.C. 83 Lip. 62 P. 24 PURE DE CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	25 KCal. 682 H.C. 96 Lip. 14 P. 50 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL
28 KCal. 683 H.C. 86 Lip. 26 P. 30 JUDIAS VERDES SALTEADAS ALBONDIGAS VEGETALES (soja) EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	29 KCal. 784 H.C. 87 Lip. 30 P. 47 BROCOLI AL VAPOR MAGRO DE CERDO CON SALSA AGRIDULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL	30 KCal. 723 H.C. 50 Lip. 31 P. 64 ESPINACAS CON REFRITO RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 719 H.C. 126 Lip. 18 P. 21 VERDURAS SALTEADAS ARROZ CON POLLO YOGUR PAN	2 KCal. 1021 H.C. 161 Lip. 35 P. 22 ARROZ BLANCO BUÑUELOS DE BACALAO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 854 H.C. 70 Lip. 54 P. 27 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 964 H.C. 143 Lip. 19 P. 63 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ NATILLAS PAN
7 KCal. 1181 H.C. 137 Lip. 62 P. 26 ARROZ CON ZANAHORIA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	8 KCal. 822 H.C. 118 Lip. 19 P. 49 JUDIAS BLANCAS CASERAS ALBONDIGAS DE MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA YOGUR PAN	9 KCal. 672 H.C. 105 Lip. 18 P. 29 PURE DE VERDURAS PECHUGA DE POLLO EN SALSA DE CALABACIN CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN	10 KCal. 711 H.C. 122 Lip. 13 P. 33 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS DE MAÍZ COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 986 H.C. 95 Lip. 48 P. 41 ENSALADILLA RUSA MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 1025 H.C. 99 Lip. 53 P. 43 CREMA DE CALABACIN HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA • ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	15 KCal. 654 H.C. 68 Lip. 28 P. 37 BROCOLI REHOGADO POLLO ASADO ESTILO TUNEZ YOGUR PAN	16 KCal. 835 H.C. 84 Lip. 27 P. 69 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO ABADEJO AL HORNO CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 644 H.C. 84 Lip. 22 P. 32 PATATAS GUIADAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 1072 H.C. 107 Lip. 57 P. 38 LENTEJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA PAN
21 KCal. 906 H.C. 121 Lip. 28 P. 51 PAELLA VEGETAL CABALLA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	22 KCal. 829 H.C. 121 Lip. 19 P. 49 PURRUSALDA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ YOGUR PAN	23 KCal. 711 H.C. 122 Lip. 13 P. 33 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS DE MAÍZ COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	24 KCal. 768 H.C. 107 Lip. 30 P. 22 PURE DE CALABAZA TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 797 H.C. 105 Lip. 20 P. 54 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA NATILLAS PAN
28 KCal. 846 H.C. 90 Lip. 41 P. 31 SOPA DE POLLO CON PASTA SIN GLUTEN ALBONDIGAS MIXTAS (ternera y cerdo) EN SALSA JARDINERA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	29 KCal. 754 H.C. 66 Lip. 34 P. 50 BROCOLI AL VAPOR MAGRO DE CERDO GUIADO CON ZANAHORIA Y PATATAS YOGUR PAN	30 KCal. 845 H.C. 99 Lip. 25 P. 62 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	2 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	3 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	4 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA
7 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	8 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	9 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	10 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	11 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA
14 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	15 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	16 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	17 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	18 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA
21 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	22 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	23 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	24 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	25 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA
28 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	29 KCal. 475 H.C. 44 Lip. 22 P. 27 PURE DE ZANAHORIA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	30 KCal. 545 H.C. 85 Lip. 18 P. 16 ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 764 H.C. 123 Lip. 20 P. 30 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) PAELLA VALENCIANA YOGUR PAN	2 KCal. 1056 H.C. 144 Lip. 44 P. 24 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES BUÑUELOS DE BACALAO ENSALADA LECHUGA PERA PAN	3 KCal. 863 H.C. 72 Lip. 54 P. 27 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA ENSALADA LECHUGA PLATANO PAN	4 KCal. 933 H.C. 140 Lip. 17 P. 61 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ NATILLAS PAN
7 KCal. 1178 H.C. 128 Lip. 65 P. 26 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO MANZANA PAN	8 KCal. 824 H.C. 110 Lip. 24 P. 45 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA ALBONDIGAS DE MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA YOGUR PAN	9 KCal. 775 H.C. 139 Lip. 16 P. 25 PURE DE VERDURAS CANELONES ROSSINI PLATANO PAN	10 KCal. 888 H.C. 108 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO MANZANA PAN	11 KCal. 986 H.C. 95 Lip. 48 P. 41 ENSALADILLA RUSA MERLUZA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 848 H.C. 112 Lip. 31 P. 38 CREMA DE CALABACIN HAMBURGUESA (cerdo y ternera) EN SALSA BARBACOA CASERA CON PATATAS MANZANA PAN	15 KCal. 620 H.C. 68 Lip. 25 P. 35 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) POLLO ASADO ESTILO TUNEZ YOGUR PAN	16 KCal. 855 H.C. 90 Lip. 26 P. 70 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO BACALADILLA EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATA PANADERA PLATANO PAN	17 KCal. 1258 H.C. 78 Lip. 71 P. 81 PATATAS CON CHOCO ALITAS DE POLLO MARINADAS AL HORNO ENSALADA LECHUGA MANZANA PAN	18 KCal. 923 H.C. 84 Lip. 54 P. 28 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA PAN
21 KCal. 852 H.C. 121 Lip. 22 P. 51 ARROZ DE LA HUERTA CABALLA GUARNICION TOMATE MANZANA PAN	22 KCal. 692 H.C. 89 Lip. 16 P. 52 PUDING DE COLORES (coliflor, zanahoria y espinacas) RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ YOGUR PAN	23 KCal. 916 H.C. 114 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO PLATANO PAN	24 KCal. 750 H.C. 103 Lip. 29 P. 21 PURE DE CALABAZA TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO MANZANA PAN	25 KCal. 782 H.C. 106 Lip. 18 P. 54 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA DONOSTIARRA NATILLAS PAN
28 KCal. 757 H.C. 107 Lip. 25 P. 29 SOPA DE LETRAS ALBONDIGAS VEGETALES (soja) EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATAS MANZANA PAN	29 KCal. 754 H.C. 66 Lip. 34 P. 50 BROCOLI AL VAPOR MAGRO DE CERDO GUIADO CON ZANAHORIA Y PATATAS YOGUR PAN	30 KCal. 855 H.C. 101 Lip. 25 P. 62 CREMA DE ZANAHORIA RAPE AL HORNO EN SALSA VERDE PLATANO PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 771 H.C. 127 Lip. 22 P. 24 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) ARROZ CON POLLO YOGUR PAN	2 KCal. 937 H.C. 112 Lip. 32 P. 54 ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL Y JUDIAS VERDES ABADEJO ENHARINADO SIN GLUTEN • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 854 H.C. 70 Lip. 54 P. 27 ENSALADA CON JUDIAS VERDES TORTILLA FRANCESA • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 933 H.C. 140 Lip. 17 P. 61 LENTEJAS A LA HORTELANA RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ NATILLAS PAN
7 KCal. 1196 H.C. 132 Lip. 65 P. 26 ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	8 KCal. 844 H.C. 88 Lip. 27 P. 66 ALUBIAS BLANCAS CON JUDIAS VERDES Y PATATA ABADEJO AL HORNO • ZANAHORIA YOGUR PAN	9 KCal. 686 H.C. 97 Lip. 23 P. 29 PURE DE VERDURAS FILETE DE POLLO CON TOMATE Y PIMIENTOS FRUTA DE TEMPORADA PAN	10 KCal. 906 H.C. 112 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 1014 H.C. 92 Lip. 45 P. 57 ENSALADILLA RUSA FILETE DE LIMANDA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA FLAN DE VAINILLA PAN
14 KCal. 866 H.C. 116 Lip. 32 P. 39 CREMA DE CALABACIN HAMBURGUESA (cerdo y ternera) EN SALSA BARBACOA CASERA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	15 KCal. 620 H.C. 68 Lip. 25 P. 35 ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, huevo, tomate, maíz, zanahoria y aceituna) POLLO ASADO ESTILO TUNEZ YOGUR PAN	16 KCal. 835 H.C. 84 Lip. 27 P. 69 GUISANTES CON PICADILLO Y HUEVO COCIDO ABADEJO AL HORNO CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 1275 H.C. 84 Lip. 73 P. 75 PATATAS GUISADAS ALITAS DE POLLO MARINADAS AL HORNO • ENSALADA LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 923 H.C. 84 Lip. 54 P. 28 CREMA DE LENTEJAS ROJAS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA GELATINA PAN
21 KCal. 870 H.C. 125 Lip. 22 P. 51 ARROZ DE LA HUERTA CABALLA • GUARNICION TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	22 KCal. 692 H.C. 89 Lip. 16 P. 52 PUDING DE COLORES (coliflor, zanahoria y espinacas) RAGOUT DE POLLO SALTEADO CON VERDURAS, SOJA Y ARROZ YOGUR PAN	23 KCal. 906 H.C. 112 Lip. 33 P. 44 SOPA DE COCIDO (con fideo integral) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	24 KCal. 768 H.C. 107 Lip. 30 P. 22 PURE DE CALABAZA TORTILLA DE PATATA Y ESPINACAS • ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNA, MAIZ Y ESPARRAGO FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 867 H.C. 100 Lip. 24 P. 69 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS ABADEJO AL HORNO • PIMIENTO ROJO NATILLAS PAN
28 KCal. 775 H.C. 111 Lip. 25 P. 30 SOPA DE LETRAS ALBONDIGAS VEGETALES (soja) EN SALSA DE TOMATE CASERO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	29 KCal. 822 H.C. 87 Lip. 32 P. 51 BROCOLI AL VAPOR MAGRO DE CERDO CON SALSA AGRIDULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ YOGUR PAN	30 KCal. 753 H.C. 96 Lip. 20 P. 53 CREMA DE ZANAHORIA FILETE DE LIMANDA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú de referencia.