

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 MACARRONES ECOLOGICOS A LA ITALIANA (TOMATE Y CEBOLLA) SALMÓN AL HORNO 0 0 PAN INTEGRAL Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 603,4KCAL 15%P, 30%L, 3,4 g AGS, 55%HC 19,7 g Az, 3,6 g SAL	2 SOPA SIN GLUTEN 0 TORTILLA DE PATATA 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, REMOLACHA PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL	3 CREMA PARMENIER (PATATA Y PUERRO) CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO 0 PATATA ASADA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 606,8KCAL 15%P, 32%L, 4,6 g AGS, 50%HC 19,4 g Az, 4,4 g SAL	4 ARROZ MARINERO 0 MEDIAS LUNAS DE HUEVO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ESPÁRRAGO PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,6KCAL 12%P, 34%L, 7,4 g AGS, 50%HC 9,7 g Az, 4,4 g SAL
7 ARROZ CON TOMATE 0 QUESO FRESCO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 595KCAL 12%P, 33%L, 3,8 g AGS, 55%HC 2,9 g Az, 4,6 g SAL	8 CREMA DE ZANAHORIA ECOLOGICA (PATATA Y ZANAHORIA) POLLO ASADO EN SALSA PROVENZAL (CEBOLLA, TOMATE, ESPECIAS) 0 PAN INTEGRAL Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,8KCAL 15%P, 33%L, 2,7 g AGS, 50%HC 7,9 g Az, 4,3 g SAL	9 POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS (ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA, ESPINACAS) TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 604,7KCAL 13%P, 32%L, 4,2 g AGS, 56%HC 8,1 g Az, 6,2 g SAL	10 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, PIMIENTO Y ACEITUNA 0 CODITOS BOLOÑESA (TERNERA) 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 603,4KCAL 15%P, 30%L, 3,4 g AGS, 55%HC 19,7 g Az, 3,6 g SAL	11 ALUBIAS ECOLOGICAS A LA JARDINERA (PATATA, ZANAHORIA, CEBOLLA, ARROZ, TOMATE Y PIMIENTO VERDE) ABADEJO A LA ROTEÑA 0 0 PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 606,8KCAL 15%P, 32%L, 4,6 g AGS, 50%HC 19,4 g Az, 4,4 g SAL
14 LENTEJAS ECOLOGICAS A LA RIOJANA (PATATA, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA) MEDIAS LUNAS DE HUEVO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,6KCAL 12%P, 34%L, 7,4 g AGS, 50%HC 9,7 g Az, 4,4 g SAL	15 CREMA DE CALABACIN 0 TERNERA CON PAPAS Y MOJO PICÓN (TERNERA, PATATA, TOMATE, ESPECIAS) 0 PAN INTEGRAL Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 516 KCAL 15%P, 34%L, 2,8 g AGS, 52%HC 9,7 g Az, 4,8g SAL	16 PAELLA DE VERDURAS ECOLÓGICA (JUDÍA VERDE, PIMIENTO, TOMATE) MERLUZA CON PATATA Y ZANAHORIA 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL	17 SOPA SIN GLUTEN 0 TORTILLA DE PATATA 0 ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL	18 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y MAIZ 0 ESPIRALES A LA MEDITERRANEA CON DORADA 0 0 PAN BLANCO Y AGUA YOGUR 593,3 KCAL 12%P, 30%L, 3,9 g AGS, 58%HC 20 g Az, g SAL 3,3
21 PUCHERO DE GARBANZOS CON FIDEOS (ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA, JUDÍA VERDE) CAZUELA DE PATATA CON PALOMETA (PATATA, TOMATE, PALOMETA, BACALAO) 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,8KCAL 15%P, 33%L, 2,7 g AGS, 50%HC 7,9 g Az, 4,3 g SAL	22 FIDEOS CON VERDURAS 0 TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN 0 ENSALADA DE TOMATE PAN INTEGRAL Y AGUA YOGUR 602,8KCAL 15%P, 33%L, 2,7 g AGS, 50%HC 7,9 g Az, 4,3 g SAL	23 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ACEITUNA Y REMOLACHA 0 LENTEJAS ESTOFADAS 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,5KCAL 15%P, 30%L, 3,5 g AGS, 53%HC 3,8 g Az, 4,5 g SAL	24 ARROZ COCIDO CON SALSA DE TOMATE 0 QUESO FRESCO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,8KCAL 15%P, 33%L, 2,7 g AGS, 50%HC 7,9 g Az, 4,3 g SAL	25 CREMA ECOLOGICA DE BRÓCOLI 0 HAMBURGUESA (TERNERA Y POLLO) EN SALSA (TOMATE, CEBOLLA, ESPECIAS) 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 516 KCAL 15%P, 34%L, 2,8 g AGS, 52%HC 9,7 g Az, 4,8g SAL
28 ARROZ MARINERO 0 CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO 0 PATATA ASADA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 603,4KCAL 15%P, 30%L, 3,4 g AGS, 55%HC 19,7 g Az, 3,6 g SAL				