

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Todos los jueves el menú se servirá con pan integral.</p>	<p>Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos</p>	<p>1 Arroz con magro</p> <p>Rollitos de pavo con verduras</p> <p>Ensalada lechuga, zanah y brotes soja</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Espinacas rehogadas con jamón y ensalada. Fruta: 848.14 KC 36.19 PR 104.60 HC 30.11 LP 10.08</i></p>	<p>2</p>	<p>3</p>
<p>6</p>	<p>7</p>	<p>8</p>	<p>9</p>	<p>10</p>
<p>13 Arroz con tomate</p> <p>Pescado rebozado casero</p> <p>Ensalada lechuga, remol. y aceitunas</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Bacalao con salsa de tomate y arroz blanco. Fruta: 738.94 KC 30.57 PR 83.02 HC 26.99 LP 5.03 GS</i></p>	<p>14 Sopa de cocido</p> <p>Cocido casero con garbanzos</p> <p>Ensalada lechuga, tomate y espárragos</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Arroz con verduras y huevos al plato. Fruta: 694.47 KC 28.93 PR 83.50 HC 22.82 LP 3.95 GS</i></p>	<p>15 Lentejas con verduras</p> <p>Lomo fresco con calabaza</p> <p>Ensalada de lechuga, zanah. y lomb.</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Pure de patata con zanahoria y ternera al horno. Fruta: 728.82 KC 34.08 PR 105.94 HC 15.81 LP 2.55 GS</i></p>	<p>16 Tallarines al pomodoro</p> <p>Gallineta con verduritas</p> <p>Ensalada lechuga, tomate y pepino</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Pisto al horno y brochetas de pescado. Fruta: 698.10 KC 30.16 PR 73.31 HC 15.75 LP 5.07 GS</i></p>	<p>17 Alubias a la riojana</p> <p>Tortilla con pavo</p> <p>Ensalada lechuga, remol. y brotes soja</p> <p>Yogur sin lactosa</p> <p><i>Cena: Arroz con verduras y huevos al plato. Fruta: 773.77 KC 59.51 PR 62.83 HC 29.65 LP 9.30 GS</i></p>
<p>20 Hervido valenciano</p> <p>Pollo en salsa con verduras</p> <p>Ensalada de lech, espárragos, lombarda</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Revuelto de puerro y berenjena rellena de carne. Fruta: 672.50 KC 19.82 PR 59.44 HC 36.57 LP 10.76 GS</i></p>	<p>21 Espirales a la Toscana</p> <p>Fogonero con calabacín</p> <p>Ensalada lechuga, zanah y brotes soja</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Verduras al horno y muslitos de pollo al horno. Fruta: 812.53 KC 16.93 PR 103.14 HC 23.75 LP 6.34 GS</i></p>	<p>22 Potaje de garbanzos</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada lechuga, pepino y maíz</p> <p>Yogur sin lactosa</p> <p><i>Cena: Hervido con judías verde y lubina al vapor. Fruta: 694.47 KC 28.93 PR 83.50 HC 22.82 LP 3.95 GS</i></p>	<p>23 Paella alicantina</p> <p>Rollitos de pavo con verduras</p> <p>Ensalada de lech, zanah, remolacha</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Quinoa salteada con ternera a la plancha. Fruta: 573.64 KC 27.52 PR 64.44 HC 20.50 LP 4.21 GS</i></p>	<p>24 Crema de legumbres</p> <p>Albóndigas en salsa con verduras</p> <p>Ensalada de lechuga, aceit y lombarda</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Dorada asada al limón con calabaza al horno. Fruta: 621.54 KC 21.30 PR 48.66 HC 35.21 LP 8.10 GS</i></p>
<p>27 Arroz 3 delicias (pavo, tort, guis)</p> <p>Hamburguesa con salteado campestre</p> <p>Ensalada siciliana (lech,tom,olivas)</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Gallineta al papillot con zanahorias. Fruta: 869.78 KC 25.50 PR 116.30 HC 32.50 LP 8.71 GS</i></p>	<p>28 Alubias a la jardinera</p> <p>Pollo a la italiana</p> <p>Ensalada lechuga, remolacha y espárr.</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Salmón con patata al horno. Yogur: 699.16 KC 38.45 PR 52.25 HC 21.37 LP 4.67 GS</i></p>	<p>29 Guisado de magro y verduras</p> <p>Merluza en salsa con zanahoria</p> <p>Ensalada de lechuga, brotes soja y maíz</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Hamburguesa a la plancha y verduras al vapor. Fruta: 581.44 KC 35.20 PR 64.18 HC 18.33 LP 3.99 GS</i></p>	<p>30 Lentejas castellanas</p> <p>Tortilla con calabacín</p> <p>Ensalada de lech, zanah. y aceitunas</p> <p>Yogur sin lactosa</p> <p><i>Cena: Boniato al horno y pavo a la plancha. Fruta: 735.46 KC 32.82 PR 83.67 HC 25.27 LP 5.61 GS</i></p>	

ECO: Legumbres procedentes de cultivo ecológico

Fruta del tiempo: plátano, manzana, kiwi naranja y pera.

Alérgenos de declaración obligatoria.

