

**Lunes**
**Martes**
**Miércoles**
**Jueves**
**Viernes**
**10** KCal. 873 H.C. 101 Lip. 42 P. 28

CARACOLILLOS BOLONESA (magro picado,tomate,cebolla,zanahoria)  
ALBONDIGAS DE MERLUZA (4 x rac.) CON MAHONESA  
• Guarnición: ENSALADA CON MAIZ NARANJA  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

**11** KCal. 694 H.C. 79 Lip. 31 P. 28

CREMA CASTELLANA (legumbres con tomate y verduras)  
ALITAS DE POLLO AL AJILLO CON PATATAS SALTEADAS(3xrac.)  
• Guarnición: ENSALADA CON COL CAQUI PERSIMON  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

**12** KCal. 753 H.C. 85 Lip. 37 P. 24

GUISADO DE PATATAS CON VERDURAS Y CARNE (magro de cerdo,tomate,judía verde,zanahoria)  
HAMBURGUESA DE COLIFLOR Y QUESO  
• Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS PERA  
PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)

**13** KCal. 854 H.C. 139 Lip. 25 P. 28

ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido)  
FIAMBRE DE PAVO 2 Y QUESO 1  
• Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA PLATANO  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

**14** KCal. 857 H.C. 74 Lip. 48 P. 34

LENTEJAS CASERAS CON ZANAHORIA ECOLOGICA (con cebolla,tomate y zanahoria)  
MERLUZA ROMANA CON VERDURAS  
• Guarnición: ENSALADA CON PIÑA NATILLA DE VAINILLA  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

**17** KCal. 709 H.C. 78 Lip. 33 P. 25

PURE DE ALUBIAS CON CALABAZA Y BROCOLI LOMO A LA CAZADORA  
• Guarnición: ENSALADA CON MAIZ CAQUI PERSIMON  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

**18** KCal. 690 H.C. 106 Lip. 20 P. 28

ARROZ AL HORNO (con garbanzos,magro de cerdo y morcilla)  
ENSALADA VARIADA CON ATUN Y QUESO  
MOZARELLA  
NARANJA  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

**19** KCal. 736 H.C. 84 Lip. 35 P. 22

SOPA MINISTRONE VEGETAL(pasta,verdura,legumbres)  
PIZZA DE ATUN  
• Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS PROFITEROLES CON SIROPE DE CHOCOLATE  
PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)

**20** KCal. 746 H.C. 81 Lip. 38 P. 24

GARBANZOS CON CALABAZA  
TORTILLA FRANCESA CON QUESITO  
• Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA MANZANA  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

**21** KCal. 972 H.C. 111 Lip. 45 P. 37

ESPAGUETIS(ECOLOGICOS) CON TOMATE Y QUESO  
BACALAO ROMANA SALSA VERDE (guisantes,cebolla,caldo pescado)  
• Guarnición: ENSALADA CON PIÑA PLATANO  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

**24** KCal. 751 H.C. 91 Lip. 34 P. 25

LENTEJAS CON ARROZ (lentejas,arroz,zanahoria,cebolla,tomate)  
NUGGETS DE BROCOLI (3xrac.)  
• Guarnición: ENSALADA CON MAIZ PERA  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

**25** KCal. 792 H.C. 83 Lip. 39 P. 33

ESPIRALES INTEGRALES CON VERDURAS (calabacin,pimiento,cebolla,zanahoria,tomate)  
BACALAO EN SALSA DE MANZANA ECOLOGICA  
• Guarnición: ENSALADA CON COL NARANJA ECOLOGICA  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

**26** KCal. 916 H.C. 98 Lip. 50 P. 21

GUISADO DE VERDURAS CON CEBOLLA ECOLOGICA  
HUEVOS CON BECHAMEL(3xrac.)  
• Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS YOGUR DE FRUTAS  
PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)

**27** KCal. 785 H.C. 96 Lip. 29 P. 41

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (cebolla,tomate,zanahoria)  
4ALBONDIGAS POLLO-CERDO EN SALSA (tomate,judias,champiñon,zanahoria)  
• Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA MANZANA  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

**28** KCal. 811 H.C. 114 Lip. 32 P. 24

ARROZ REQUENENSE (con garbanzos, chorizo y morcilla)  
ENSALADA VALENCIANA (lechuga,tomate,atun,huevo,aceitunas)  
PLATANO  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

**31** KCal. 724 H.C. 72 Lip. 38 P. 26

PURE DE GUI SANTES  
HAMBURGUESA DE AVE HORNO CON CHIPS  
• Guarnición: ENSALADA CON MAIZ NARANJA  
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)