

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 838 H.C. 134 Lip. 25 P. 28 ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido) FIAMBRE DE PAVO 2 Y QUESO 1 • Guarnición: ENSALADA CON COL PERA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)	2 KCal. 817 H.C. 69 Lip. 49 P. 28 HERVIDO VALENCIANO con patata, cebolla, zanahoria y judía verde MUSLO POLLO ASADO A LA PEPITORIA (cebolla, almendra, huevo, ajo) • Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS YOGUR DE FRUTAS PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)	3 KCal. 742 H.C. 89 Lip. 34 P. 23 LENTEJAS CON ZANAHORIA ECOLOGICA (cebolla, tomate y zanahoria ECO) TORTILLA ESPAÑOLA • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA MANZANA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)	4 KCal. 848 H.C. 113 Lip. 33 P. 31 ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO MERLUZA EN SALSA DE CALABACIN CON ZANAHORIA BABY • Guarnición: ENSALADA CON PIÑA PLATANO PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)
7 KCal. 700 H.C. 69 Lip. 38 P. 23 PURE DE ALUBIAS CON CALABAZA Y BROCOLI TORTILLA DE YORK CON QUESITO • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ MANZANA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)	8 KCal. 750 H.C. 105 Lip. 26 P. 30 ARROZ AL HORNO (con garbanzos, magro de cerdo y morcilla) ENSALADA VALENCIANA (lechuga, tomate, atún, huevo, aceitunas) NARANJA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)	9 KCal. 779 H.C. 82 Lip. 42 P. 21 SOPA DE ESTRELLAS VEGETAL CON HUEVO COCIDO HAMBURGUESA DE COLIFLOR Y QUESO • Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)	10 KCal. 733 H.C. 94 Lip. 24 P. 40 GARBANZOS CON ACELGAS (con tomate, zanahoria y cebolla) JAMONCITOS DE POLLO A LA BARBACOA • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA PERA PAN INTEGRAL	11 KCal. 818 H.C. 115 Lip. 27 P. 35 ESPAGUETTI ECOLOGICO C/VERDURAS (calabacin, tomate, cebolla, zanahoria, pimiento) BACALAO REBOZADO MARINERA (caldo pescado, cebolla, tomate, guisantes) • Guarnición: ENSALADA CON PASAS PLATANO PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)
14 KCal. 736 H.C. 83 Lip. 32 P. 33 LENTEJAS CON ARROZ (lentejas, arroz, zanahoria, cebolla, tomate) FILETE DE MERLUZA PROVENZAL (con ajo, perejil, puerro, huevo, harina) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ MANZANA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)	15 KCal. 804 H.C. 106 Lip. 32 P. 29 FIDEOS A LA CAZUELA ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga, tomate, caballa, zanahoria, huevo, aceitunas) • PATATAS CHIPS NARANJA ECOLOGICA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)	16 KCal. 937 H.C. 81 Lip. 55 P. 32 GUISADO DE VERDURAS CON CEBOLLA ECOLOGICA HAMBURGUESA COMPLETA DE POLLO Y CERDO AL HORNO CON 1 LONCHA DE QUESO • GUARNICION LECHUGA Y TOMATE PERA PAN HAMBURGUESA + KETCHUP	17 KCal. 795 H.C. 100 Lip. 38 P. 20 PURE DE REMOLACHA CONTRAMUSLO EMPANADO EN SALSA RUBIA (champiñon, cebolla, zanahoria) • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA POSTRE ESPECIAL: POP DOTS CHOCO Y SUCRE PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)	18 KCal. 853 H.C. 106 Lip. 37 P. 28 GARBANZOS CASEROS (con cebolla, tomate, espinaca y zanahoria) HUEVOS CON BECHAMEL (3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON PIÑA KIWI PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)
21 KCal. 777 H.C. 97 Lip. 29 P. 38 ESPIRALES CON SOJA TEXTURIZADA (salsa de tomate, soja texturizada) BACALAO EN SALSA CREMOSA DE CALABAZA (huevo, leche, harina, cebolla, calabaza) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ MANZANA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)	22 KCal. 870 H.C. 68 Lip. 52 P. 34 CREMA CASTELLANA (legumbres con tomate y verduras) MILANESA DE POLLO EN SALSA DE MANZANA • Guarnición: ENSALADA CON COL NARANJA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)	23 KCal. 802 H.C. 131 Lip. 24 P. 23 PAELLA DE VERDURAS (con judías, zanahoria, guisantes, champiñón) ENSALADA VARIADA (lechuga, zanahoria, maiz, huevo, esparragos) • GUARNICION DE YORK PLATANO PAN INTEGRAL (agua, harina integral, trigo, sal, levadura)	24 KCal. 930 H.C. 91 Lip. 49 P. 36 ALUBIAS A LA RIOJANA (chorizo, cebolla, tomate, zanahoria) ALBONDIGAS DE MERLUZA (4 x rac.) CON MAHONESA • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA PERA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)	25 KCal. 727 H.C. 76 Lip. 40 P. 18 SOPA DE PESCADO TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN • Guarnición: ENSALADA CON APIO YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)
28 KCal. 818 H.C. 87 Lip. 42 P. 23 LENTEJAS A LA JARDINERA (guisantes, judías, zanahoria, tomate, cebolla) EMPANADILLAS DE ATUN (2xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ NARANJA PAN (harina de trigo, agua, levadura, sal)				