

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <p>01</p> <p>*ESPAGUETTI CON SALSA DE TOMATE ECOLÓGICOS</p> <p>*TORTILLA FRANCESA</p> <p>*ENSALADA (lechuga, tomate y cebolla)</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*YOIGUR</p> <p>Kcal:642.4 Prot:22.3 Lip:23.6 HC::82.2</p> <p>AGS:5.8Azuc:10.4 Sdl:2.1</p> | <p>02</p> <p>*ENSALADA VARIADA CON ATUN (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y atun en aceite)</p> <p>*ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS</p> <p>*PAN INTEGRAL ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:688.3 Prot:25.8 Lip:21.2 HC:90</p> <p>AGS:2.4Azuc:26.8 Sdl:2.6</p> | <p>03</p> <p>*SALMOREJO ECOLÓGICO</p> <p>*HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO CON VERDURAS SALTADAS</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:699.8 Prot:18.8 Lip:23.2 HC:82.4</p> <p>AGS:6Azuc:17.6 Sdl:3</p> | <p>04</p> <p>*LENTEJAS CON ZANAHORIA ECOLÓGICAS</p> <p>*TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA</p> <p>*ENSALADA (lechuga y zanahoria fresca)</p> <p>*PAN INTEGRAL ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:651.5 Prot:16.4 Lip:24.1 HC:88.9</p> <p>AGS:3.8Azuc:19.6 Sdl:3</p> | <p>05</p> <p>*CAZUELA DE ARROZ CON POLLO</p> <p>*FILETE DE ABADEJO A LA GALLEGA CON PISTO</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:695.2 Prot:26.6 Lip:22.5 HC:94.2</p> <p>AGS:3.3Azuc:18.3 Sdl:1.5</p> |
| <p>08</p> <p>*ENSALADA VARIADA CON QUESO FRESCO (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y queso fresco)</p> <p>*LENTEJAS ESTOFADAS ECOLÓGICAS</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:669.9 Prot:18.4 Lip:26.4 HC:85.5</p> <p>AGS:5.6Azuc:22.7 Sdl:1.9</p> | <p>09</p> <p>*MACARRONES CON SALSA DE TOMATE ECOLÓGICOS</p> <p>*FILETE DE MERLUZA EN SALSA VERDE CON ZANAHORIA BABY SALTADA</p> <p>*PAN INTEGRAL ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:656.4 Prot:21.4 Lip:20.7 HC:89.1</p> <p>AGS:2.7Azuc:21 Sdl:1</p> | <p>10</p> <p>*GARBANZOS GUISADOS CON JAMON SERRANO</p> <p>*TORTILLA DE PATATA Y CALABAGIN</p> <p>*ENSALADA (lechuga, zanahoria fresca y col lombarda)</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:706.7 Prot:25.4 Lip:24.9 HC:87.2</p> <p>AGS:3.7Azuc:22.9 Sdl:3.9</p> | <p>11</p> <p>DIA NO LECTIVO</p> | <p>12</p> <p>DIA FESTIVO</p> |
| <p>15</p> <p>*CREMA DE CALABAGIN ECOLÓGICA</p> <p>*ALBONDIGAS DE TERNERA Y CERDO CON SALSA DE VERDURITAS CON PATATA PANADERA</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:696.7 Prot:22.1 Lip:21.5 HC:88.8</p> <p>AGS:5.5Azuc:22.7 Sdl:3</p> | <p>16</p> <p>*ARROZ CON SALSA DE TOMATE ECOLÓGICOS</p> <p>*TORTILLA FRANCESA</p> <p>*ENSALADA (lechuga y zanahoria fresca)</p> <p>*PAN INTEGRAL ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:602.6 Prot:14.9 Lip:20 HC:86.2</p> <p>AGS:3.7Azuc:16.1 Sdl:1.7</p> | <p>17</p> <p>*LENTEJAS A LA CAMPESINA ECOLÓGICAS</p> <p>*FILETE DE FOGONERO AL HORNO CON SALSA MARINERA Y VERDURAS SALTADAS</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:653.5 Prot:25.3 Lip:21.7 HC: 85.3</p> <p>AGS:3.2Azuc:19.1 Sdl:1.4</p> | <p>18</p> <p>*SOPA DE AVE CON FIBOS</p> <p>*TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA</p> <p>*ENSALADA (lechuga, tomate y maíz)</p> <p>*PAN INTEGRAL ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:595.4 Prot:17.1 Lip:20.9 HC:80.7</p> <p>AGS:3.4Azuc:17.4 Sdl:3.2</p> | <p>19</p> <p>*ENSALADA VARIADA CON ATUN (lechuga, tomate, maíz, zanahoria y atun en aceite)</p> <p>*POTAJE DE ALUBIAS</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:666.5 Prot:24.2 Lip:19.5 HC:86.6</p> <p>AGS:2.4Azuc:25.6 Sdl:2.7</p> |
| <p>22</p> <p>*PATATAS GUISADAS CON CHORIZO</p> <p>*PALOMETA EN SALSA DE VERDURITAS</p> <p>*PISTO</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:674.2 Prot:26.8 Lip:23.8 HC:80.4 AGS:3.1</p> <p>Azuc:23.2 Sdl:2</p> | <p>23</p> <p>*GARBANZOS ESTOFADOS</p> <p>*TORTILLA DE PATATA Y ATUN</p> <p>*ENSALADA (lechuga, zanahoria fresca y cebolla)</p> <p>*PAN INTEGRAL ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:682.8 Prot:20 Lip:26.4 HC:85.6 AGS:3.7</p> <p>Azuc:22.1 Sdl:3.2</p> | <p>24</p> <p>*ENSALADA VARIADA (lechuga, tomate, maíz, zanahoria)</p> <p>*PAELLA MEDITERRANEA</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*YOIGUR</p> <p>Kcal:628.2 Prot:15.3 Lip:19.7 HC:94.6 AGS:4.3</p> <p>Azuc:23.6 Sdl:2.7</p> | <p>25</p> <p>*LENTEJAS CON ZANAHORIA ECOLÓGICAS</p> <p>*FILETE DE MERLUZA EN SALSA DE TOMATE CON PATATAS DADO</p> <p>*PAN INTEGRAL ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:655 Prot:22.1 Lip:19.6 HC:93.6 AGS:2.7</p> <p>Azuc:20.3 Sdl:1.9</p> | <p>26</p> <p>*SALMOREJO ECOLÓGICO</p> <p>*CONTRAMUSLO DE POLLO CON CEBOLLA Y ZANAHORIA</p> <p>*ENSALADA (lechuga, tomate y zanahoria fresca)</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:665.3 Prot:23 Lip:25.2HC:82.3 AGS:4.5</p> <p>Azuc:21.2 Sdl:3</p> |
| <p>29</p> <p>*SOPA DE PUCHERO</p> <p>*TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA</p> <p>*ENSALADA (lechuga y zanahoria fresca)</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:691.9 Prot:17.1 Lip:24.2 HC:98 AGS:3.9</p> <p>Azuc:19.9 Sdl:3.3</p> | <p>30</p> <p>*CREMA DE ZANAHORIAS ECOLÓGICA</p> <p>*ALBONDIGAS DE TERNERA Y CERDO CON SALSA ESPAÑOLA CON PATATA PANADERA</p> <p>*PAN INTEGRAL ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:698.2 Prot:21.9 Lip:21.6 HC:86.5</p> <p>AGS:5.5 Azuc:27.5 Sdl:2.8</p> | <p>31</p> <p>*ALUBIAS BLANCAS CASTELLANAS CON VERDURAS</p> <p>*TORTILLA FRANCESA</p> <p>*ENSALADA (lechuga y tomate)</p> <p>*PAN BLANCO ECOLÓGICO</p> <p>*FRUTA FRESCA</p> <p>Kcal:613.8 Prot:20 Lip:20.4 HC:80.5 AGS:3.5</p> | | |