

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
14	1	2	3	4
7	8	9	10 (G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla) (G) LOMO SAJONIA AL HORNO (G) PATATAS FRITAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 538,85 Prot: 15,08g Hidrat: 68,85g Grasas: 22,83g Sat: 3,19g Azúc: 18,61g Sal: 1,78g	11 (G) CREMA JUDÍA BLANCA Y CALABAZA (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 590,70 Prot: 18,53g Hidrat: 81,43g Grasas: 19,80g Sat: 4,22g Azúc: 24,80g Sal: 2,14g
14 (G) ARROZ CON TOMATE FRITO (G) HUEVO DURO (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 393,67 Prot: 10,62g Hidrat: 64,70g Grasas: 11,72g Sat: 1,90g Azúc: 9,00g Sal: 1,63g	15 (G) COCIDO ANDALUZ (j.verdes, garbanzo, zanahoria, puerro) (G) SAN JACOBOS (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 468,95 Prot: 13,91g Hidrat: 70,77g Grasas: 15,44g Sat: 2,19g Azúc: 10,37g Sal: 1,43g	16 (G) MACARRONES BOLOÑESA (carne picada, cebolla, aceite, tomate) (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 493,09 Prot: 18,99g Hidrat: 62,69g Grasas: 21,83g Sat: 5,04g Azúc: 11,24g Sal: 2,09g	17 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) ALBÓNDIGAS DE CARNE EN SALSA CASERAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 503,35 Prot: 18,11g Hidrat: 69,69g Grasas: 19,07g Sat: 4,66g Azúc: 14,30g Sal: 5,71g	18 (G) CREMA DE BRÓCOLI Y QUESO (G) POLLO CON MANZANA (manzana, cebolla...) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 604,04 Prot: 27,87g Hidrat: 72,07g Grasas: 23,01g Sat: 6,66g Azúc: 21,21g Sal: 1,74g
21 (G) TX VERDURA CON PAVO (patata, puerro, cebolla, zanahoria,calabacin) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 529,84 Prot: 26,59g Hidrat: 49,17g Grasas: 31,58g Sat: 8,78g Azúc: 11,96g Sal: 0,79g	22 (G) SOPA DE LLUVIA CON POLLO (puerro, apio, zanahoria) (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 413,70 Prot: 12,47g Hidrat: 60,98g Grasas: 12,57g Sat: 2,14g Azúc: 8,27g Sal: 2,24g	23 (G) MACARRONES NAPOLITANA (cebolla, aceite, ajo, orégano) (G) QUESO FRESCO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 452,16 Prot: 13,51g Hidrat: 64,26g Grasas: 17,58g Sat: 4,36g Azúc: 13,81g Sal: 1,77g	24 (G) CREMA DE CALABACÍN (patata, cebolla, aceite) (G) POLLO AL HORNO EN SALSA (aceite, ajo, laurel, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 451,72 Prot: 16,33g Hidrat: 74,75g Grasas: 9,63g Sat: 1,29g Azúc: 15,79g Sal: 1,33g	25 (G) LENTEJAS HORTELANAS (patata, j.verdes, cebolla,pimiento, ajo, laurel) (G) TORTILLA FRANCESA (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 512,15 Prot: 21,35g Hidrat: 69,82g Grasas: 15,24g Sat: 3,75g Azúc: 21,49g Sal: 1,65g
28 (G) GUISO DE PELOTITAS ALMERIENSES (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 569,50 Prot: 19,30g Hidrat: 66,56g Grasas: 27,63g Sat: 11,44g Azúc: 13,83g Sal: 2,75g	29 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) FRITADA DE MAGRA (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 471,80 Prot: 25,59g Hidrat: 61,05g Grasas: 12,78g Sat: 3,18g Azúc: 10,40g Sal: 1,12g	30 (G) CAZUELA DE FIDEOS CON POLLO (patata, tomate, pimiento, guisantes) (G) CROQUETAS DE POLLO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 509,54 Prot: 13,32g Hidrat: 66,55g Grasas: 19,36g Sat: 3,10g Azúc: 11,61g Sal: 2,01g	10	11

GLUTEN



HUEVO



PESCADO



MOLUSCO



SOJA



ALTRAMUCES



LECHE



SÉSAMO



FRUTOS DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



SULFITOS



CACAHUETE



CRUSTÁCEOS



La empresa se reserva el derecho a modificar el menú programado, según las necesidades operativas o imprevistos, garantizando el equilibrio nutricional del mismo.