

| LUNES                                                                                                                                                                                                                                                                                            | MARTES                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | MIÉRCOLES                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | JUEVES                                                                                                                                                                                                                                                                                       | VIERNES                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 14                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 10<br>(C) MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE Y QUESO GRATINADO<br>(C) LOMO EN SALSA CON PATATAS<br>(C) FRUTA DE TEMPORADA (PL)<br>(C) PAN BLANCO<br>Kcal: 729,99 Prot: 26,17g Hidrat: 107,01g Grasas: 30,20g Sat: 9,93g Azúc: 21,44g Sal: 1,58g                                                | 11<br>(C) CREMA DE JUDÍAS BLANCAS CON PATATAS<br><br>(C) TORTILLA DE PATATAS CASERA<br>(C) ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA<br>(C) YOGUR DE FRUTAS<br>(C) PAN INTEGRAL<br>Kcal: 790,50 Prot: 30,76g Hidrat: 96,73g Grasas: 29,58g Sat: 6,65g Azúc: 27,41g Sal: 7,34g                                            |
| 14<br>(C) ARROZ CON TOMATE FRITO<br><br>(C) HAMBURGUESA VEGETAL CON SALSA DE QUESO<br>(C) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ<br>(C) FRUTA DE TEMPORADA (M)<br>(C) PAN BLANCO<br>Kcal: 784,01 Prot: 16,24g Hidrat: 113,60g Grasas: 32,53g Sat: 9,61g Azúc: 15,94g Sal: 1,88g                              | 15<br>(C) COCIDO ANDALUZ (j.verdes, garbanzo, zanahoria, puerro)<br>(C) PASTEL DE PUERRO, TOFU Y MANZANA<br>(C) ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA<br>(C) FRUTA DE TEMPORADA (P)<br>(C) PAN BLANCO<br>Kcal: 563,05 Prot: 24,51g Hidrat: 77,32g Grasas: 18,35g Sat: 3,61g Azúc: 13,67g Sal: 6,29g      | 16<br>(C) MACARRONES INTEGRALES BOLOÑESA<br>(C) BOMBAS DE ZANAHORIA, POLLO Y MOZZARELLA<br>(C) ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, TOMATE<br>(C) FRUTA DE TEMPORADA (N)<br>(C) PAN BLANCO<br>Kcal: 656,74 Prot: 19,50g Hidrat: 89,87g Grasas: 28,99g Sat: 4,60g Azúc: 17,28g Sal: 7,02g                                    | 17<br>(C) ALUBIAS CON VERDURAS (patata, j.seca, tomate, pimienta, zanahoria, ajo)<br>(C) ALBÓNDIGAS DE MERLUZA EN SALSA ZANAHORIA CON PATATAS<br>(C) FRUTA DE TEMPORADA (PL)<br>(C) PAN BLANCO<br>Kcal: 669,55 Prot: 30,22g Hidrat: 98,91g Grasas: 16,64g Sat: 2,34g Azúc: 21,64g Sal: 7,00g | 18<br>(C) CREMA DE BRÓCOLI Y QUESO<br>(C) JAMONCITOS EN SALSA DE MANZANA CON PATATAS<br>(C) TOMATE CON AOVE Y ORÉGANO<br>(C) YOGUR DE FRUTAS<br>(C) PAN INTEGRAL<br>Kcal: 640,02 Prot: 28,55g Hidrat: 75,39g Grasas: 25,26g Sat: 6,91g Azúc: 23,14g Sal: 6,89g                                                        |
| 21<br>(C) GUISO DE MERLUZA (patata, cebolla, pimienta, zanahoria,)<br><br>(C) HAMBURGUESA DE POLLO AL HORNO<br>(C) ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA<br>(C) FRUTA DE TEMPORADA (M)<br>(C) PAN BLANCO<br>Kcal: 638,00 Prot: 23,67g Hidrat: 83,37g Grasas: 23,18g Sat: 7,04g Azúc: 13,05g Sal: 2,13g | 22<br>(C) SOPA DE LLUVIA CON POLLO (puerros, ,pasta, apio, aceite)<br>(C) CUAJADERA DE PESCADO (patata, tomate, cebolla, ajo, pimienta)<br>(C) FRUTA DE TEMPORADA (P)<br>(C) PAN BLANCO<br>Kcal: 587,19 Prot: 31,79g Hidrat: 89,01g Grasas: 11,30g Sat: 1,59g Azúc: 12,40g Sal: 1,88g                   | 23<br>(C) MACARRONES INTEGRALES CON ATÚN Y TOMATE<br>(C) LIBRITOS DE PECHUGA DE POLLO<br>(C) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ<br>(C) FRUTA DE TEMPORADA (N)<br>(C) PAN BLANCO<br>Kcal: 417,25 Prot: 20,02g Hidrat: 54,69g Grasas: 14,11g Sat: 2,53g Azúc: 12,47g Sal: 1,41g                                             | 24<br>(C) CREMA DE CALABACÍN (patata, cebolla, nuez moscada)<br><br>(C) BURRITO CASERO DE TERNERA<br>(C) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA<br>(C) FRUTA DE TEMPORADA (PL)<br>(C) PAN BLANCO<br>Kcal: 734,20 Prot: 24,78g Hidrat: 109,49g Grasas: 21,49g Sat: 4,29g Azúc: 24,53g Sal: 2,95g     | 25<br>(C) LENTEJAS CON ARROZ (tomate, pimienta, patata, j.verdes , chorizo)<br>(C) TORTILLA DE PATATAS Y BONIATO CASERA<br>(C) ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ACEITUNAS<br>(C) YOGUR DE FRUTAS<br>(C) PAN INTEGRAL<br>Kcal: 866,65 Prot: 37,99g Hidrat: 114,49g Grasas: 27,01g Sat: 7,17g Azúc: 24,88g Sal: 6,48g |
| 28<br>(C) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla)<br><br>(C) CANELONES DE BRANDADA DE MERLUZA<br>(C) FRUTA DE TEMPORADA (M)<br>(C) PAN BLANCO<br>Kcal: 869,50 Prot: 31,24g Hidrat: 152,29g Grasas: 15,60g Sat: 1,96g Azúc: 21,84g Sal: 0,92g                                        | 29<br>(C) ALUBIAS CON VERDURAS (patata, j.seca, tomate, pimienta, zanahoria, ajo)<br>(C) FRITADA DE MAGRA CON PATATAS (pimiento, tomate, cebolla, aceite)<br>(C) FRUTA DE TEMPORADA (P)<br>(C) PAN BLANCO<br>Kcal: 727,60 Prot: 43,41g Hidrat: 80,25g Grasas: 24,67g Sat: 6,46g Azúc: 12,76g Sal: 2,24g | 30<br>(C) CAZUELA DE FIDEOS CON ABADEJO (patata, tomate, pimienta, zanahoria, ajo)<br>(C) ALBÓNDIGAS DE POLLO Y BERENJENA CON SALSA DE TOMATE<br>(CG) ARROZ COCIDO<br>(C) FRUTA DE TEMPORADA (N)<br>(C) PAN BLANCO<br>Kcal: 746,16 Prot: 35,30g Hidrat: 110,35g Grasas: 18,76g Sat: 3,25g Azúc: 14,11g Sal: 6,12g | 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.