

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>01</p> <p>Lentejas estofadas con patata y zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas Ensalada de lechuga Fruta fresca y pan Kcal: 589,59 / prot(g): 56,32 / lip(g): 11,86 / hc(g): 63,84</p>	<p>02</p> <p>Crema de calabaza y patata Albóndigas mixtas (ternera-cerdo) en salsa de tomate Fruta fresca y pan Kcal: 627,61 / prot(g): 21,3 / lip(g): 33,64 / hc(g): 58,81</p>	<p>03</p> <p>Alubias blancas estofadas (patata.cebolla.pimiento.zanahoria) Tortilla de patata Ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan Kcal: 615,93 / prot(g): 28,32 / lip(g): 17,43 / hc(g): 85,21</p>	<p>04</p> <p>Paella de verduras (champiñón, pimiento. zanahoria y cebolla) Merluza al horno en salsa de curry Fruta fresca y pan Kcal: 441,59 / prot(g): 26,02 / lip(g): 4,41 / hc(g): 73,32</p>	<p>05</p> <p>Macarrones integrales con salsa de tomate Crema de garbanzos y patata Fruta fresca y pan Kcal: 536,33 / prot(g): 17,52 / lip(g): 8,75 / hc(g): 93,06</p>
<p>08</p> <p>Judías verdes al ajoarriero Calamares a la romana Ensalada de lechuga Fruta fresca y pan Kcal: 432,85 / prot(g): 15,62 / lip(g): 11,1 / hc(g): 64,71</p>	<p>09</p> <p>Sopa de cocido con fideos Cocido completo Fruta fresca y pan Kcal: 599,38 / prot(g): 26,03 / lip(g): 13,48 / hc(g): 75,78</p>	<p>10</p> <p>Arroz integral con pisto(tomate, calabacín, bereniena, pimienta, cebolla) Tortilla francesa Ensalada de lechuga Yogur y pan Kcal: 567,59 / prot(g): 19,02 / lip(g): 11,61 / hc(g): 96,35</p>	<p>11</p> <p>Patatas guisadas con zanahoria, pimiento rojo y verde Caballa al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan Kcal: 535,61 / prot(g): 30,25 / lip(g): 18,21 / hc(g): 63,02</p>	<p>12</p> <p>Alubias blancas con calabaza Boloñesa vegetal con patatas salteadas Fruta fresca y pan Kcal: 469,36 / prot(g): 24,08 / lip(g): 7,38 / hc(g): 74,15</p>
<p>15</p> <p>Arroz con salsa de tomate natural Garbanzos con maíz, pimientos y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca y pan Kcal: 604,98 / prot(g): 19,75 / lip(g): 8,3 / hc(g): 110,84</p>	<p>16</p> <p>Menestra (zanahoria, guisante, coliflor, judía verde) con patatas Tortilla de patata Fruta fresca y pan Kcal: 443,17 / prot(g): 12,72 / lip(g): 12,76 / hc(g): 65,12</p>	<p>17</p> <p>Sopa de ave con fideos integrales Filete ruso de ternera con tomate y patata dado Yogur y pan Kcal: 539,07 / prot(g): 23,7 / lip(g): 22 / hc(g): 61,56</p>	<p>18</p> <p>Crema de calabacín y patata Contramuslo de pollo en salsa chilindrón Ensalada variada Fruta fresca y pan Kcal: 434,68 / prot(g): 28,59 / lip(g): 8,4 / hc(g): 60,52</p>	<p>19</p> <p>Lentejas estofadas con patata y zanahoria Abadejo a la crema con finas hierbas Fruta fresca y pan Kcal: 494,55 / prot(g): 39,63 / lip(g): 7,8 / hc(g): 62,85</p>
<p>22</p> <p>Crema de verduras (patata.calabacín.zanahoria y acelaa) Salmón horneado con salsa al eneldo Fruta fresca y pan Kcal: 538,71 / prot(g): 31,37 / lip(g): 21,9 / hc(g): 52,94</p>	<p>23</p> <p>Alubias blancas estofadas (patata.cebolla.pimiento.zanahoria) Tortilla francesa Ensalada variada Fruta fresca y pan Kcal: 499,59 / prot(g): 23,38 / lip(g): 9,69 / hc(g): 77,75</p>	<p>24</p> <p>Macarrones con chorizo Nuggets de pollo Yogur y pan Kcal: 700,1 / prot(g): 30,58 / lip(g): 20,51 / hc(g): 96,85</p>	<p>25</p> <p>FIN DE CURSO</p>	<p>26</p> <p>FIN DE CURSO</p>
<p>29</p>	<p>30</p>			