

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
29	30	1	2	3
			Crema de Calabacín ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
				JORNADA GASTRONÓMICA MADRID
			Kcal: 513 Lip: 26,16 Prot: 15,22 HC: 54,49 Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	Kcal: 710 Lip: 18,69 Prot: 43,28 HC: 95,50 Cena: Verdura + Huevo + Fruta
6	7	8	9	10
Coliflor a la Italiana Hamburguesa Mixta al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	Paella de Verduras Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	Lentejas Estofadas con Verduras Pollo Asado Zanahoria Rehogada Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Macarrones con Chorizo Salmón a la Naranja Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Potaje de Garbanzos Estofados Lacón al horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Kcal: 827 Lip: 41,82 Prot: 26,40 HC: 85,49 Cena: Pasta + Verdura + Lácteo	Kcal: 662 Lip: 23,55 Prot: 21,81 HC: 90,95 Cena: Verdura + Carne + Fruta	Kcal: 706 Lip: 20,49 Prot: 49,35 HC: 83,09 Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	Kcal: 819 Lip: 35,18 Prot: 35,11 HC: 91,19 Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Kcal: 680 Lip: 22,49 Prot: 37,24 HC: 85,57 Cena: Patata + Pescado + Fruta
13	14	15	16	17
Crema de Zanahoria ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	Judías Pintas Estofadas Bacalao con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Arroz a Banda Tortilla de Patata con Calabacín. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada	Espirales al Grátén Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Kcal: 666 Lip: 31,20 Prot: 20,54 HC: 74,72 Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	Kcal: 631 Lip: 17,07 Prot: 40,70 HC: 81,16 Cena: Verdura + Carne + Fruta	Kcal: 695 Lip: 20,14 Prot: 21,38 HC: 109,06 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Kcal: 651 Lip: 15,31 Prot: 39,53 HC: 92,04 Cena: Verdura + Huevo + Fruta	Kcal: 839 Lip: 26,23 Prot: 38,22 HC: 95,10 Cena: Patata + Ave + Fruta
20	21	22	23	24
Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa con Queso Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	Arroz con Tomate Merluza al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Guisantes Rehogados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Garbanzos Estofados con Verduras Bacalao a la Bilbaína Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	Coditos Napolitana Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Kcal: 746 Lip: 33,47 Prot: 35,06 HC: 79,20 Cena: Verdura + Carne + Fruta	Kcal: 698 Lip: 19,21 Prot: 29,54 HC: 105,61 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	Kcal: 636 Lip: 18,97 Prot: 34,75 HC: 63,59 Cena: Arroz + Pescado + Fruta	Kcal: 623 Lip: 17,91 Prot: 39,87 HC: 78,75 Cena: Patata + Carne + Lácteo	Kcal: 820 Lip: 24,18 Prot: 45,17 HC: 88,31 Cena: Verdura + Pescado + Fruta
27	28	29	30	31
Judías Verdes con Tomate Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	Fideuá de Verduras y Pollo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada y Postre Especial		
Kcal: 559 Lip: 20,62 Prot: 33,55 HC: 61,03 Cena: Patata + Pescado + Fruta	Kcal: 645 Lip: 23,46 Prot: 23,68 HC: 85,38 Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Kcal: 674 Lip: 16,39 Prot: 39,99 HC: 94,75 Cena: Verdura + Huevo + Fruta	FESTIVO	FESTIVO



mediterránea