

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Semana 1					1	
					NO LECTIVO	
Semana 2					8	
Kcalorías - 666 Proteínas - 29,1g Grasas - 25,3g Hidratos - 75,4g	4	5	6	7		
	NO LECTIVO	Crema de calabaza Pollo a la plancha con patatas dado Melocotón en almíbar	Tallarines con tomate y queso Merluza a la vasca con huevo, guisantes y espárrago Yogur	Sopa de fideos Filetes rusos en salsa con tomates Fruta	Arroz a la marinera Revuelto de champiñones con ensalada mixta Fruta	
	Semana 3					15
	Kcalorías - 665 Proteínas - 31,5g Grasas - 23,5g Hidratos - 75,8g	11	12	13	14	
		Menestra de verduras rehogada Albóndigas de ternera a la jardinera con patatas fritas Fruta	Arroz a la milanesa Tortilla francesa con tomates aliñados Fruta	Espirales de pasta con atún Escalopín de ternera en salsa suave de mostaza con calabacín rebozado Yogur	Porrusalda Fingers de pollo con ensalada variada Fruta	Crema de legumbre Emperador con pisto Fruta
Semana 4					22	
Kcalorías - 658 Proteínas - 28,4g Grasas - 28,4g Hidratos - 67,4g		18	19	20	21	
		Crema de verduras Croquetones de pollo con arroz pilaf Fruta	Macarrones a la boloñesa Mero en salsa verde con judías verdes rehogadas Fruta	Sopa de fideos con picadillo de huevo Hamburguesa de pollo con patatas duquesa Yogur	Alubias blancas guisadas Ternera asada en salsa con zanahoria y guisantes Fruta	Marmitako de atún Huevos villaroy con ensalada variada Fruta
	Semana 5					29
	Kcalorías 684 Proteínas - 29,4g Grasas - 27,1g Hidratos - 74,7g	25	26	27	28	
		Macarrones a la napolitana Delicias de merluza con ensalada mixta Fruta	Crema de brócoli Pollo asado al limón con arroz blanco Fruta	Patatas guisadas con carne Palometa con tomate Flan	Sopa de lluvia Albóndigas de ternera en salsa jardinera con verduras rehogadas Fruta	Potaje de vigilia Tortilla española con ensalada de zanahoria Fruta

Los ingredientes que componen estos platos **NO** contienen cerdo.