



LUNES 3				MARTES 4				MIÉRCOLES 5				JUEVES 6				VIERNES 7			
Lentejas con chorizo Merluza a la plancha Guarnición de ensalada Yogur				Crema de verduras Huevos fritos Guarnición de patatas fritas Fruta				Sopa de fideos Pollo guisado Guarnición de puré de patatas Fruta				Arroz con tomate Panga al limón Guarnición de guisantes Postre lácteo				Macarrones boloñesa Cinta de lomo fresca a la plancha Guarnición de ensalada Fruta			
Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:
700,652	43,8385	56,909	33,2225	916,06	19,829	82,212	61,761	625,8	34,494	78,958	22,19	656,5	33,269	75,801	38,72	675,402	52,356	70,454	22,815
LUNES 10				MARTES 11				MIÉRCOLES 12				JUEVES 13				VIERNES 14			
Menestra de verduras Filete de ternera a la plancha Guarnición de patatas fritas Yogur				Tallarines carbonara Lenguado a la plancha Guarnición de ensalada verde Fruta				Fideuá Salchichas frescas a la plancha Guarnición de patatas caseras Fruta				Judías pintas viudas Tortilla de atún Guarnición de jamón york Postre lácteo				Patatas con magro Filete de pollo a la plancha Guarnición de ensalada Fruta			
Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:
703,65	46,4825	27,425	110,4425	537,1	22,106	88,726	12,145	790,7	30,788	63,035	85,236	648,4	37,123	62,956	30,415	600,352	23,555	61,084	25,343
LUNES 17				MARTES 18				MIÉRCOLES 19				JUEVES 20				VIERNES 21			
Coditos gratinados San Jacobo Guarnición de ensalada de tomate Yogur				Crema de verduras Contra muslo de pollo asado Guarnición de patatas fritas Fruta				Garbanzos rehogados Merluza a la plancha Guarnición de ensalada Fruta				Sopa de estrellas Albóndigas de ternera Guarnición de patatas fritas Postre lácteo				Arroz con pollo Tilapia al horno Guarnición de verduras Fruta			
Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:
729,45	34,2535	67,678	40,3125	713,1	29,225	68,41	54,715	693,562	27,176	84,514	19,619	683,4	43,78	62,235	102,595	683,512	29,887	73,744	30,985
LUNES 24				MARTES 25				MIÉRCOLES 26				JUEVES 27				VIERNES 28			
Lentejas guisadas Panga a la plancha Guarnición de patatas chips Yogur				Ensalada campera Filete de pollo Villaroy Guarnición de ensalada Fruta				Espagueti con tomate Merluza rebozada Guarnición de verduras Fruta				Crema de zanahorias Carne asada de ternera Guarnición de patatas fritas caseras Postre lácteo				Arroz con tomate Huevos fritos con jamón Fruta			
Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:	Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:
804,65	43,9875	53,845	109,0385	729,75	31,449	57,741	42,565	751,12	41,89	114,725	2,64	630,9	46,315	51,075	93,09	823	24,596	68,404	54,698
LUNES 31																			
Macarrones con tomate Escalope de ternera Guarnición de patatas fritas Yogur																			
Kcal:	Prótido:	Glúcidos:	Lípidos:																
822,05	24,1075	69,985	70,8825																



SERVICIO A COMEDORES DE COLECTIVIDADES

LUNES 3				MARTES 4				MIÉRCOLES 5				JUEVES 6				VIERNES 7			
Lentejas con verduras Merluza a la plancha Guarnición de ensalada Yogur				Puré de verduras Huevos fritos Guarnición de patatas fritas caseras Fruta				Sopa de fideos sin gluten Pollo guisado Guarnición de puré de patatas casero Fruta				Arroz con salsa de tomate casera Panga al limón Guarnición de guisantes Postre lácteo				Macarrones boloñesa sin gluten Cinta de lomo fresca a la plancha Guarnición de ensalada Fruta			
Kcal: 568,652	Prótido: 36,2535	Glúcidos: 58,564	Lípidos: 21,1725	Kcal: 774,8	Prótido: 18,611	Glúcidos: 73,844	Lípidos: 62,39	Kcal: 625,8	Prótido: 34,494	Glúcidos: 78,958	Lípidos: 22,19	Kcal: 656,5	Prótido: 33,269	Glúcidos: 75,801	Lípidos: 38,72	Kcal: 675,402	Prótido: 52,356	Glúcidos: 70,454	Lípidos: 22,815
LUNES 10				MARTES 11				MIÉRCOLES 12				JUEVES 13				VIERNES 14			
Menestra de verduras Filete de ternera a la plancha Guarnición de patatas fritas caseras Yogur				Tallarines con atún sin gluten Lenguado a la plancha Guarnición de ensalada verde Fruta				Fideuá sin gluten Salchichas frescas a la plancha sin gluten Guarnición de patatas caseras Fruta				Judías pintas viudas sin gluten Tortilla de atún sin gluten Guarnición de jamón york sin gluten Postre lácteo				Patatas con magro Filete de pollo a la plancha Guarnición de ensalada Fruta			
Kcal: 703,65	Prótido: 46,4825	Glúcidos: 27,425	Lípidos: 110,4425	Kcal: 537,1	Prótido: 22,106	Glúcidos: 88,726	Lípidos: 12,145	Kcal: 790,7	Prótido: 30,788	Glúcidos: 63,035	Lípidos: 85,236	Kcal: 648,4	Prótido: 37,123	Glúcidos: 62,956	Lípidos: 30,415	Kcal: 600,352	Prótido: 23,555	Glúcidos: 61,084	Lípidos: 25,343
LUNES 17				MARTES 18				MIÉRCOLES 19				JUEVES 20				VIERNES 21			
Coditos gratinados sin gluten Jamón york plancha sin gluten Guarnición de ensalada de tomate Yogur				Crema de verduras sin gluten Contra muslo de pollo asado Guarnición de patatas fritas caseras Fruta				Garbanzos rehogados sin gluten Merluza a la plancha Guarnición de ensalada Fruta				Sopa de estrellas sin gluten Albóndigas de ternera Guarnición de patatas fritas caseras Postre lácteo				Arroz con pollo Tilapia al horno Guarnición de verduras Fruta			
Kcal: 674,85	Prótido: 34,3105	Glúcidos: 56,243	Lípidos: 35,9785	Kcal: 713,1	Prótido: 29,225	Glúcidos: 68,41	Lípidos: 54,715	Kcal: 693,562	Prótido: 27,176	Glúcidos: 84,514	Lípidos: 19,619	Kcal: 683,4	Prótido: 43,78	Glúcidos: 62,235	Lípidos: 102,595	Kcal: 683,512	Prótido: 29,887	Glúcidos: 73,744	Lípidos: 30,985
LUNES 24				MARTES 25				MIÉRCOLES 26				JUEVES 27				VIERNES 28			
Lentejas con verduras Panga a la plancha Guarnición de ensalada Yogur				Ensalada campera Filete de pollo a la plancha Guarnición de ensalada Fruta				Espagueti con tomate sin gluten Merluza al limón Guarnición de verduras Fruta				Puré de zanahorias casero Carne asada de ternera Guarnición de patatas fritas caseras Postre lácteo				Arroz con salsa de tomate casera Huevos fritos Guarnición de patatas fritas caseras Fruta			
Kcal: 568,652	Prótido: 36,2535	Glúcidos: 58,564	Lípidos: 21,1725	Kcal: 620	Prótido: 34,604	Glúcidos: 45,741	Lípidos: 27,97	Kcal: 553,62	Prótido: 16,765	Glúcidos: 117,45	Lípidos: 4,54	Kcal: 630,9	Prótido: 46,315	Glúcidos: 51,075	Lípidos: 93,09	Kcal: 637,5	Prótido: 19,116	Glúcidos: 66,765	Lípidos: 62,406
LUNES 31																			
Macarrones con salsa de tomate casero sin gluten Escalope de ternera Guarnición de patatas fritas caseras Yogur																			
Kcal: 822,05	Prótido: 24,1075	Glúcidos: 69,985	Lípidos: 70,8825																