



		<b>JUEVES 1</b>		<b>VIERNES 2</b>					
		Crema de calabacín Filete de ternera en salsa Guarnición de patata Yogur		Sopa de fideos Pollo asado Guarnición de ensalada Fruta					
		Kcal.: 637,25 Prótidos: 36,9955 Glúcidos: 9,014 Lípidos: 18,4775		Kcal.: 607 Prótidos: 35,072 Glúcidos: 43,611 Lípidos: 26,895					
<b>LUNES 5</b>		<b>MARTES 6</b>		<b>MIÉRCOLES 7</b>		<b>JUEVES 8</b>		<b>VIERNES 9</b>	
Lentejas caseras Croquetas de jamón Guarnición de ensalada Yogur		Arroz con tomate Merluza a la romana Guarnición de verduras Fruta		Sopa de fideos Albóndigas caseras Guarnición de patata dado Fruta		Macarrones carbonara Calamares romana Guarnición de ensalada Yogur		Crema de verduras Ragout de ternera Guarnición de patata chips Fruta	
Kcal.: 787,8 Prótidos: 26,7985 Glúcidos: 25,086 Lípidos: 35,8755		Kcal.: 647,8 Prótidos: 24,822 Glúcidos: 62,009 Lípidos: 17,133		Kcal.: 323 Prótidos: 9,199 Glúcidos: 64,971 Lípidos: 10,895		Kcal.: 600,35 Prótidos: 20,1435 Glúcidos: 30,441 Lípidos: 11,8585		Kcal.: 645,5 Prótidos: 17,07 Glúcidos: 53,69 Lípidos: 13,44	
<b>LUNES 12</b>		<b>MARTES 13</b>		<b>MIÉRCOLES 14</b>		<b>JUEVES 15</b>		<b>VIERNES 16</b>	
<b>DIA DE NTRA. SRA. DEL PILAR</b>		Garbanzos catalana Mero rebozado Guarnición de zanahoria rallada Fruta		Judías verdes con tomate Filete de pollo a la plancha Guarnición de ensalada Fruta		Paella mixta Redondo de ternera Guarnición de verduras Yogur		Patatas guisadas Cinta de lomo adobada a la plancha Guarnición de tomate Fruta	
Kcal.: 611,09 Prótidos: 25,524 Glúcidos: 70,194 Lípidos: 26,869		Kcal.: 65,75 Prótidos: 25,9835 Glúcidos: 20,091 Lípidos: 16,9415		Kcal.: 627,15 Prótidos: 28,924 Glúcidos: 62,854 Lípidos: 31,12		Kcal.: 614,7 Prótidos: 19,506 Glúcidos: 44,196 Lípidos: 8,739			
<b>LUNES 19</b>		<b>MARTES 20</b>		<b>MIÉRCOLES 21</b>		<b>JUEVES 22</b>		<b>VIERNES 23</b>	
Canelones Lenguado rebozado Guarnición de ensalada Yogur		Guisantes con jamón Filete ruso Guarnición de tomate Fruta		Sopa de fideos Pollo asado Guarnición de patata dado Fruta		Arroz tres delicias Merluza a la romana Guarnición de ensalada Yogur		Lentejas caseras Filete de ternera en salsa Guarnición de champiñones Fruta	
Kcal.: 847 Prótidos: 79,215 Glúcidos: 63,56 Lípidos: 50,785		Kcal.: 699,9 Prótidos: 10,308 Glúcidos: 62,397 Lípidos: 14,895		Kcal.: 665,9 Prótidos: 11,207 Glúcidos: 46,221 Lípidos: 8,445		Kcal.: 644,05 Prótidos: 23,5775 Glúcidos: 33,603 Lípidos: 24,7015		Kcal.: 603,5 Prótidos: 35,3 Glúcidos: 40,126 Lípidos: 14,665	
<b>LUNES 26</b>		<b>MARTES 27</b>		<b>MIÉRCOLES 28</b>		<b>JUEVES 29</b>		<b>VIERNES 30</b>	
Tallarines carbonara York Villaroy Guarnición de ensalada Yogur		Crema de verduras Cinta de lomo al ajillo a la plancha Guarnición de patatas chips Fruta		Arroz blanco Huevos fritos con jamón Guarnición de ensalada Fruta		Patatas guisadas Muslo de pollo asado Guarnición de ensalada Yogur		Lentejas caseras Lenguado rebozado Guarnición de ensalada Fruta	
Kcal.: 690,35 Prótidos: 18,6735 Glúcidos: 48,621 Lípidos: 12,9185		Kcal.: 653,7 Prótidos: 24,564 Glúcidos: 41,58 Lípidos: 13,344		Kcal.: 901,3 Prótidos: 28,759 Glúcidos: 81,708 Lípidos: 58,225		Kcal.: 671,25 Prótidos: 23,6805 Glúcidos: 17,184 Lípidos: 14,8375		Kcal.: 672,95 Prótidos: 48,0255 Glúcidos: 42,999 Lípidos: 38,7885	



LUNES 5		MARTES 6		MIÉRCOLES 7		JUEVES 1		VIERNES 2	
Lentejas caseras Tortilla de jamón york Guarnición de ensalada Yogur		Arroz con tomate Merluza a la plancha Guarnición de verduras Fruta		Sopa de fideos Albóndigas caseras Guarnición de patata dado Fruta		Crema de calabacín Filete de ternera a la plancha Guarnición de patata Yogur		Sopa de fideos Pollo asado Guarnición de ensalada Fruta	
Kcal.: 521,05 Prótidos: 26,7985 Glúcidos: 25,086 Lípidos: 35,8755		Kcal.: 821,6 Prótidos: 41,412 Glúcidos: 95,489 Lípidos: 35,463		Kcal.: 623 Prótidos: 9,199 Glúcidos: 64,971 Lípidos: 10,895		Kcal.: 642,35 Prótidos: 28,5835 Glúcidos: 9,014 Lípidos: 22,4915		Kcal.: 607 Prótidos: 35,072 Glúcidos: 43,611 Lípidos: 26,895	
LUNES 12		MARTES 13		MIÉRCOLES 14		JUEVES 8		VIERNES 9	
<b>DIA DE NTRA. SRA. DEL PILAR</b>		Garbanzos catalana Mero en salsa Guarnición de zanahoria rallada Fruta		Judías verdes con tomate Filete de pollo a la plancha Guarnición de ensalada Fruta		Macarrones con tomate Calamares a la plancha Guarnición de ensalada Yogur		Crema de verduras Ragout de ternera Guarnición de patata fritas Fruta	
Kcal.: 845,29 Prótidos: 33,584 Glúcidos: 89,514 Lípidos: 39,089		Kcal.: 612,75 Prótidos: 25,9835 Glúcidos: 20,091 Lípidos: 16,9415		Kcal.: 623 Prótidos: 9,199 Glúcidos: 64,971 Lípidos: 10,895		Kcal.: 515,35 Prótidos: 24,0735 Glúcidos: 25,471 Lípidos: 13,8885		Kcal.: 645,5 Prótidos: 17,07 Glúcidos: 53,639 Lípidos: 13,44	
LUNES 19		MARTES 20		MIÉRCOLES 21		JUEVES 15		VIERNES 16	
Macarrones con tomate Lenguado a la plancha Guarnición de ensalada Yogur		Guisantes con jamón Filete ruso Guarnición de tomate Fruta		Sopa de fideos Pollo asado Guarnición de patata dado Fruta		Paella mixta Redondo de ternera Guarnición de verduras Yogur		Patatas guisadas Cinta de lomo fresca a la plancha Guarnición de zanahoria rallada Fruta	
Kcal.: 671,75 Prótidos: 40,9855 Glúcidos: 78,779 Lípidos: 22,5725		Kcal.: 699,9 Prótidos: 10,308 Glúcidos: 62,397 Lípidos: 14,895		Kcal.: 565,9 Prótidos: 11,207 Glúcidos: 46,221 Lípidos: 8,445		Kcal.: 869,025 Prótidos: 42,459 Glúcidos: 77,124 Lípidos: 46,11		Kcal.: 614,7 Prótidos: 19,506 Glúcidos: 44,196 Lípidos: 8,739	
LUNES 26		MARTES 27		MIÉRCOLES 28		JUEVES 22		VIERNES 23	
Tallarines carbonara Jamón York a la plancha Guarnición de ensalada Yogur		Crema de verduras Cinta de lomo fresca a la plancha Guarnición de patatas fritas Fruta		Arroz blanco Huevos fritos con jamón Guarnición de ensalada Fruta		Arroz tres delicias Merluza a la plancha Guarnición de ensalada Yogur		Lentejas caseras Filete de ternera a la plancha Guarnición de champiñones Fruta	
Kcal.: 601,35 Prótidos: 26,7435 Glúcidos: 26,831 Lípidos: 10,5785		Kcal.: 653,7 Prótidos: 24,564 Glúcidos: 41,58 Lípidos: 13,344		Kcal.: 901,3 Prótidos: 26,759 Glúcidos: 81,708 Lípidos: 58,225		Kcal.: 664,05 Prótidos: 28,0975 Glúcidos: 28,659 Lípidos: 27,1175		Kcal.: 669,5 Prótidos: 32,735 Glúcidos: 40,126 Lípidos: 23,215	
LUNES 26		MARTES 27		MIÉRCOLES 28		JUEVES 29		VIERNES 30	
Tallarines carbonara Jamón York a la plancha Guarnición de ensalada Yogur		Crema de verduras Cinta de lomo fresca a la plancha Guarnición de patatas fritas Fruta		Arroz blanco Huevos fritos con jamón Guarnición de ensalada Fruta		Patatas guisadas Muslo de pollo asado Guarnición de ensalada Yogur		Lentejas caseras Lenguado a la plancha Guarnición de ensalada Fruta	
Kcal.: 601,35 Prótidos: 26,7435 Glúcidos: 26,831 Lípidos: 10,5785		Kcal.: 653,7 Prótidos: 24,564 Glúcidos: 41,58 Lípidos: 13,344		Kcal.: 901,3 Prótidos: 26,759 Glúcidos: 81,708 Lípidos: 58,225		Kcal.: 679,45 Prótidos: 13,9375 Glúcidos: 12,914 Lípidos: 9,2525		Kcal.: 480,35 Prótidos: 48,5555 Glúcidos: 21,229 Lípidos: 26,3905	