

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
FESTIVO	Pasta con tomate	Garbanzos estofados con chorizo	Paella de pollo	Crema de calabacín con costrones
				
	Nuggets de pollo al horno con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga	Jamonicos de pollo asado en su jugo con ensalada de lechuga y zanahoria	Huevos cocidos con salsa jardinera	Merluza en salsa marinera con gambas con Verduras
				
	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta
				
<small>Energía: 747 kcal . Lípidos: 46,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,6 g . Hidratos de carbono: 55,2 g . Azúcares: 17,2 g . Proteínas: 24,0 g . Sal: 2,7 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.</small>				
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Arroz caldoso	Lentejas con chorizo	Crema de verduras con costrones	Pasta de caracol a la boloñesa	Potaje de alubias con verduras
				
Salchichas Frankfurt al horno con Verduras	Colas de rape rebozadas con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Magro con tomate con verduras salteadas	Merluza al horno con ajo y perejil con Verduras	Tortilla francesa con queso
				
Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta
				
<small>Energía: 690 kcal . Lípidos: 36,5 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,3 g . Hidratos de carbono: 52,5 g . Azúcares: 18,7 g . Proteínas: 32,7 g . Sal: 3,7 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.</small>				
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Pasta con atún	Cocido de garbanzos con verduras	Arroz tres delicias (gambas, jamón dulce y guisantes)	Crema de zanahoria	Lentejas al estilo casero
				
Hamburguesa de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate	Gallineta al horno con verduras salteadas	Estofado de pavo a la jardinera	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria	Bacalao en salsa de tomate y pimiento con Verduras
				
Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta
				
<small>Energía: 574 kcal . Lípidos: 21,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,8 g . Hidratos de carbono: 55,3 g . Azúcares: 19,9 g . Proteínas: 36,4 g . Sal: 2,4 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.</small>				
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Crema de zanahoria	Alubias blancas con verduras	Pasta a la carbonara	Lentejas con verduras	Arroz blanco con tomate
				
San Jacobo con lechuga	Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria	Lomo adobado al horno con ensalada de lechuga y maíz	Colas de rape en salsa americana (cebolla, tomate, caldo de pescado) con Verduras	Revuelto de calabacín y cebolla Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún
				
Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta
				
<small>Energía: 630 kcal . Lípidos: 30,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,7 g . Hidratos de carbono: 55,3 g . Azúcares: 19,9 g . Proteínas: 28,2 g . Sal: 2,3 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.</small>				
LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
Pasta a la napolitana	Lentejas con chorizo			
				
Varitas de merluza rebozadas con ensalada	Huevos cocidos Ensalada de lechuga, tomate y atún			
				
Fruta	Yogur			
				
<small>Energía: 1.173 kcal . Lípidos: 83,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 13,4 g . Hidratos de carbono: 64,8 g . Azúcares: 17,5 g . Proteínas: 35,1 g . Sal: 3,9 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.</small>				
En todos los menus se incluye Agua y pan.				