



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1 Festivo
4 Macarrones integrales con salsa de tomate Contramuslo de pollo al ajillo Zanahoria al ajillo Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 678 h.c. 83,6 lip. 22,2 p. 34,1	5 Ensalada mixta con atún Lentejas con arroz Fruta de temporada Pan integral Kcal. 698 h.c. 97,0 lip. 21,9 p. 24,1	6 Crema de calabacín Flamenquín Ensalada de lechuga, cebolla y zanahoria Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 604 h.c. 53,9 lip. 32,1 p. 25,5	7 Garbanzos con espinacas Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y tomate Yogur de sabor Pan integral Kcal. 852 h.c. 93,7 lip. 38,3 p. 27,7	8 Cazuela de patatas con verduras Fletán en salsa verde Arroz salteado Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 548 h.c. 77,5 lip. 14,2 p. 27,6
11 Cazuela de fideos con verduras Albóndigas en salsa Patata asada a la provenzal Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 594 h.c. 80,5 lip. 21,0 p. 17,8	12 Sopa de picadillo Merluza empanada Pisto de verduras Fruta de temporada Pan integral Kcal. 620 h.c. 73,2 lip. 30,0 p. 13,6	13 Papas aliñás Alubias con chorizo Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 719 h.c. 96,7 lip. 18,4 p. 35,3	14 Arroz con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral Kcal. 765 h.c. 87,0 lip. 31,6 p. 34,3	15 Lentejas con verduras Tortilla francesa Tomate aliñado Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 561 h.c. 75,2 lip. 14,0 p. 30,6
18 Sopa de picadillo con pasta integral Abadejo al limon Patatas asadas Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 490 h.c. 59,5 lip. 15,9 p. 27,0	19 Crema de calabaza Espaguetis con soja texturizada (sin tomate) Fruta de temporada Pan integral Kcal. 586 h.c. 97,7 lip. 12,2 p. 19,1	20 Sopa de pescado Contramuslo de pollo al horno Judías verdes con cebolla Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 430 h.c. 46,9 lip. 14,6 p. 28,7	21 Potaje de lentejas Tortilla española Ensalada de lechuga, aceituna negra y tomate Fruta de temporada Pan integral Kcal. 697 h.c. 85,4 lip. 25,5 p. 25,6	22 Ensalada valenciana Paella de carne Yogur de sabor Pan blanco Kcal. 835 h.c. 106,9 lip. 35,5 p. 22,3
25 Arroz al estilo Thai Pollo al limón Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 735 h.c. 93,9 lip. 26,6 p. 30,5	26 Salmorejo Potaje de garbanzos con chorizo Fruta de temporada Pan integral Kcal. 601 h.c. 82,9 lip. 18,1 p. 22,5	27 Crema de verduras Tortilla francesa Salteado campestre Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 470 h.c. 58,8 lip. 17,3 p. 19,8	28 Espaguetis con tomate Hamburguesa a la plancha Patatas fritas Fruta de temporada Pan integral Kcal. 557 h.c. 59,3 lip. 27,2 p. 19,8	29 Alubias estofadas Salmón a la naranja Guisantes Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 702 h.c. 79,7 lip. 20,1 p. 44,5



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1 Festivo
4 Macarrones integrales con salsa de tomate Contramuslo de pollo al ajillo Zanahoria al ajillo Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 678 h.c. 83,6 lip. 22,2 p. 34,1	5 Ensalada mixta con atún <u>Habichuelas con tomate frito</u> Arroz salteado Fruta de temporada Pan integral Kcal. 530 h.c. 63,6 lip. 24,7 p. 11,9	6 Crema de calabacín Flamenquín Ensalada de lechuga, cebolla y zanahoria Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 604 h.c. 53,9 lip. 32,1 p. 25,5	7 Garbanzos con espinacas Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y tomate Yogur de sabor Pan integral Kcal. 852 h.c. 93,7 lip. 38,3 p. 27,7	8 Cazuela de patatas con verduras Fletán en salsa verde Arroz salteado Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 548 h.c. 77,5 lip. 14,2 p. 27,6
11 Cazuela de fideos con verduras <u>Lomo al horno</u> Patata asada a la provenzal Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 540 h.c. 71,4 lip. 14,3 p. 31,2	12 Sopa de picadillo Merluza empanada Pisto de verduras Fruta de temporada Pan integral Kcal. 620 h.c. 73,2 lip. 30,0 p. 13,6	13 Papas aliñás <u>Judías verdes con jamón cocido</u> Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 437 h.c. 60,9 lip. 12,8 p. 19,1	14 Arroz con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral Kcal. 765 h.c. 87,0 lip. 31,6 p. 34,3	15 <u>Crema de verduras</u> Tortilla francesa Tomate aliñado Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 444 h.c. 57,8 lip. 14,9 p. 19,6
18 Sopa de picadillo con pasta integral Abadejo al limon Patatas asadas Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 490 h.c. 59,5 lip. 15,9 p. 27,0	19 Crema de calabaza <u>Espaguetis salteados con verduras y salsa de soja</u> Fruta de temporada Pan integral Kcal. 588 h.c. 96,6 lip. 15,3 p. 15,0	20 Sopa de pescado Contramuslo de pollo al horno Judías verdes con cebolla Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 430 h.c. 46,9 lip. 14,6 p. 28,7	21 <u>Sopa de arroz</u> Tortilla española Ensalada de lechuga, aceituna negra y tomate Fruta de temporada Pan integral Kcal. 563 h.c. 66,3 lip. 26,4 p. 12,8	22 Ensalada valenciana Paella de carne Yogur de sabor Pan blanco Kcal. 835 h.c. 106,9 lip. 35,5 p. 22,3
25 Arroz al estilo Thai Pollo al limón Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 735 h.c. 93,9 lip. 26,6 p. 30,5	26 Salmorejo Garbanzos con chorizo Fruta de temporada Pan integral Kcal. 601 h.c. 82,9 lip. 18,1 p. 22,5	27 Crema de verduras Tortilla francesa Salteado campestre Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 470 h.c. 58,8 lip. 17,3 p. 19,8	28 Espaguetis con tomate <u>Lomo al horno</u> Patatas fritas Fruta de temporada Pan integral Kcal. 490 h.c. 54,4 lip. 18,2 p. 28,1	29 <u>Cazuela de patatas dieta</u> Salmón a la naranja <u>Zanahoria al ajillo</u> Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 583 h.c. 65,5 lip. 21,0 p. 32,9

(*) Los platos resaltados en subrayado son la alternativa al menú basal.



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1 Festivo
4 Macarrones integrales con salsa de tomate Contramuslo de pollo al horno Zanahoria al ajillo Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 678 h.c. 83,6 lip. 22,2 p. 34,1	5 Ensalada mixta con atún Lentejas con arroz Fruta de temporada Pan integral Kcal. 698 h.c. 97,0 lip. 21,9 p. 24,1	6 Crema de calabacín Flamenquín Ensalada de lechuga, cebolla y zanahoria Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 604 h.c. 53,9 lip. 32,1 p. 25,5	7 Garbanzos con espinacas Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y tomate Yogur de sabor Pan integral Kcal. 852 h.c. 93,7 lip. 38,3 p. 27,7	8 Cazuela de patatas con verduras Fletán en salsa verde Arroz salteado Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 548 h.c. 77,5 lip. 14,2 p. 27,6
11 Cazuela de fideos Albóndigas en salsa Patata asada a la provenzal Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 594 h.c. 80,5 lip. 21,0 p. 17,8	12 Sopa de picadillo Merluza empanada Pisto de verduras Fruta de temporada Pan integral Kcal. 620 h.c. 73,2 lip. 30,0 p. 13,6	13 Papas aliñás Alubias blancas con verduras y chorizo Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 719 h.c. 96,7 lip. 18,4 p. 35,3	14 Arroz con tomate frito Salmón al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan integral Kcal. 765 h.c. 87,0 lip. 31,6 p. 34,3	15 Lentejas con verduras Tortilla francesa Tomate Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 561 h.c. 75,2 lip. 14,0 p. 30,6
18 Sopa de picadillo con pasta integral Abadejo al limon Patatas asadas Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 490 h.c. 59,5 lip. 15,9 p. 27,0	19 Crema de calabaza Espaguetis salteados con verduras y salsa de soja Fruta de temporada Pan integral Kcal. 588 h.c. 96,6 lip. 15,3 p. 15,0	20 Sopa de pescado Contramuslo de pollo al horno Judías verdes con cebolla Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 430 h.c. 46,9 lip. 14,6 p. 28,7	21 Lentejas con verduras Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, aceituna negra y tomate Fruta de temporada Pan integral Kcal. 697 h.c. 85,4 lip. 25,5 p. 25,6	22 Ensalada valenciana Paella de carne Yogur de sabor Pan blanco Kcal. 835 h.c. 106,9 lip. 35,5 p. 22,3
25 Arroz al estilo Thai Pollo al limón Ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 735 h.c. 93,9 lip. 26,6 p. 30,5	26 Salmorejo Garbanzos con chorizo Fruta de temporada Pan integral Kcal. 601 h.c. 82,9 lip. 18,1 p. 22,5	27 Crema de verduras Tortilla francesa Salteado campestre Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 470 h.c. 58,8 lip. 17,3 p. 19,8	28 Espaguetis con tomate Hamburguesa a la plancha Patatas fritas Fruta de temporada Pan integral Kcal. 557 h.c. 59,3 lip. 27,2 p. 19,8	29 Alubias estofadas Salmón a la naranja Guisantes Fruta de temporada Pan blanco Kcal. 702 h.c. 79,7 lip. 20,1 p. 44,5

(*) Los platos resaltados en subrayado son la alternativa al menú basal.