

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 KCal. 710 H.C. 75 Lip. 32 P. 36	4 KCal. 521 H.C. 58 Lip. 17 P. 36	5 KCal. 596 H.C. 85 Lip. 17 P. 31	6 KCal. 571 H.C. 59 Lip. 29 P. 22	7 KCal. 860 H.C. 89 Lip. 44 P. 30
LENTEJAS ECOLÓGICAS CON CALABAZA	SOPA DE LETRAS	GARBANZOS ESTOFADOS	PURE DE CALABACIN	ARROZ CON TOMATE
TORTILLA FRANCESA CON ATÚN • ENSALADA DEL TIEMPO	RAGOUT DE TERNERA ESTOFADO	MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE MANZANA	POLLO ASADO • PATATAS	CABALLA • ENSALADA VERDE
NARANJA PAN	MANZANA PAN	PERA PAN	FRUTA DE TEMPORADA PAN	YOGUR PAN INTEGRAL
10 KCal. 718 H.C. 93 Lip. 24 P. 38	11 KCal. 641 H.C. 66 Lip. 29 P. 32		13 KCal. 511 H.C. 56 Lip. 17 P. 37	14 KCal. 521 H.C. 88 Lip. 11 P. 24
MACARRONES INTEGRALES CON ATUN	ALUBIAS BLANCAS ECOLOGICAS CON VERDURAS		SOPA DE PESCADO	COLIFLOR REHOGADA
ABADEJO REBOZADO • ENSALADA DE COLORES	TORTILLA FRANCESA DE JAMÓN COCIDO • RODAJAS DE TOMATE		PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA VERDE	LENTEJAS ECOLOGICAS CON ARROZ
FRUTA DE TEMPORADA PAN	NARANJA PAN		YOGUR PAN	PERA PAN INTEGRAL
17 KCal. 698 H.C. 70 Lip. 32 P. 37	18 KCal. 616 H.C. 78 Lip. 22 P. 31	19 KCal. 432 H.C. 50 Lip. 15 P. 27	20 KCal. 840 H.C. 73 Lip. 46 P. 37	21 KCal. 681 H.C. 91 Lip. 24 P. 31
PATATAS A LA RIOJANA	GARBANZOS CON FRITADA	JUDIAS VERDES REHOGADAS	JUDIAS PINTAS ESTOFADAS	PAELLA DE PESCADO
CALAMARES AL HORNO • ENSALADA VERDE	JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • VERDURITAS	CINTA DE LOMO ADOBADO A LA PLANCHA • PATATAS	PLATIJA EMPANADA • ENSALADA DEL TIEMPO	HUEVOS CON TOMATE Y PATATAS
PLATANO PAN	FRUTA ECOLÓGICA PAN	MANZANA PAN	FRUTA DE TEMPORADA PAN	YOGUR PAN INTEGRAL
24 KCal. 662 H.C. 70 Lip. 22 P. 49	25 KCal. 597 H.C. 83 Lip. 24 P. 17	26 KCal. 683 H.C. 88 Lip. 27 P. 28	27 KCal. 642 H.C. 86 Lip. 22 P. 29	28 KCal. 825 H.C. 69 Lip. 48 P. 27
LENTEJAS ECOLOGICAS A LA CASTELLANA	CREMA DE CALABAZA	FIDEUA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO	BACON & CHEESE FRIES
RAPE EN SALSA VERDE	TORTILLA DE PATATA • ENSALADA VERDE	MERLUZA REBOZADA • ENSALADA DE COLORES	COCIDO COMPLETO	HAMBURGUESA COMPLETA
NARANJA PAN	FRUTA DE TEMPORADA PAN	PERA PAN	MANZANA PAN	COOKIES PAN INTEGRAL