



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>5 KCal. 691 H.C. 92 Lip. 29 P. 21</p> <p>FIDEUA DE VERDURA PASTA AL AJILLO</p> <p>HUEVOS A LA TURCA • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>6 KCal. 812 H.C. 101 Lip. 28 P. 43</p> <p>ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS ALUBIAS A LA VINAGRETA</p> <p>SALMON MARINADO EN SALSA DE SOJA Y JENGIBRE • ARROZ SALTEADO • ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>7 KCal. 596 H.C. 61 Lip. 26 P. 34</p> <p>CREMA DE CALABACÍN PARRILLADA DE VERDURAS</p> <p>TERNERA EN SALSA CASERA • PATATAS AL HORNO • ENSALADA CON MAIZ</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p>8 KCal. 501 H.C. 55 Lip. 22 P. 24</p> <p>SOPA DE PICADILLO ENSALADA COMPLETA</p> <p>DORADA AL HORNO • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>9 KCal. 665 H.C. 92 Lip. 21 P. 31</p> <p>LENTEJAS GUIADAS CON BONIATO CREMA DE LENTEJAS</p> <p>POLLO CRUJIENTE CASERO • ENSALADA VERDE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p>12 KCal. 583 H.C. 63 Lip. 24 P. 33</p> <p>MENESTRA DE VERDURA SALTEADA PURE DE VERDURAS</p> <p>LOMO ASADO EN SU JUGO • PURÉ DE PATATA • ENSALADA DE TOMATE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>13 KCal. 658 H.C. 93 Lip. 23 P. 25</p> <p>ARROZ CON TOMATE ARROZ BLANCO SALTEADO</p> <p>LUBINA EN SALSA VERDE • ENSALADA DE COLORES</p> <p>YOGUR PIÑA EN SU JUGO</p> <p>PAN</p>	<p>14 KCal. 769 H.C. 90 Lip. 34 P. 29</p> <p>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS</p> <p>COCIDO COMPLETO</p> <p>ROSQUILLA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>		<p>16 KCal. 451 H.C. 58 Lip. 12 P. 31</p> <p>BROCOLI GRATINADO CON QUESO</p> <p>CHULETA DE PAVO A LA PLANCHA • PIMIENTOS ROJOS ASADOS • LECHUGA Y ACEITUNAS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p>19 KCal. 671 H.C. 93 Lip. 23 P. 31</p> <p>LENTEJAS CON ARROZ ENSALADA DE LENTEJAS</p> <p>HAMBURGUESA A LA PLANCHA • SALSA DE TOMATE CASERA • ENSALADA CON REMOLACHA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>20 KCal. 464 H.C. 49 Lip. 20 P. 23</p> <p>LOMBARDA CON MANZANA CREMA DE LOMBARDA</p> <p>POLLO ASADO • PATATAS FRITAS • LECHUGA Y ZANAHORIA</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>21 KCal. 607 H.C. 88 Lip. 17 P. 31</p> <p>MACARRONES A LA BOLOÑESA MACARRONES SALTEADOS</p> <p>MERLUZA A LA VIZCAINA • ENSALADA VERDE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p>22 KCal. 785 H.C. 67 Lip. 45 P. 30</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA PATATAS CON VERDURAS</p> <p>TORTILLA DE QUESO • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>YOGUR PIÑA EN SU JUGO</p> <p>PAN</p>	<p>23 KCal. 686 H.C. 78 Lip. 25 P. 39</p> <p>GUISANTES SALTEADOS CON CEBOLLITA PURE DE GUISANTES</p> <p>SALMON AL HORNO • COUS COUS CON VERDURITAS • ENSALADA CON MAIZ</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p>26 KCal. 652 H.C. 75 Lip. 34 P. 18</p> <p>COLIFLOR A LA CARBONARA PURE DE COLIFLOR</p> <p>TORTILLA ESPAÑOLA • PIMIENTOS VERDES ASADOS • LECHUGA Y ZANAHORIA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>27 KCal. 473 H.C. 47 Lip. 19 P. 28</p> <p>GARBANZOS CON FRITADA CREMA DE GARBANZOS</p> <p>BACALAO AL HORNO • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>28 KCal. 733 H.C. 99 Lip. 24 P. 35</p> <p>ARROZ A BANDA ARROZ BLANCO AL AJILLO</p> <p>RAGOUT DE PAVO ESTOFADO • CHAMPIÑON • ENSALADA CON ACEITUNAS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p>29 KCal. 589 H.C. 71 Lip. 21 P. 33</p> <p>ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS ENSALADA DE ALUBIAS</p> <p>LUBINA A LA ESPALDA • ENSALADA DE COLORES</p> <p>YOGUR PIÑA EN SU JUGO</p> <p>PAN</p>	<p>30 KCal. 691 H.C. 72 Lip. 39 P. 17</p> <p>ENSALADA CAMPERA SALMOREJO</p> <p>CROQUETAS DE JAMON • TOMATE ALINADO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal. Siempre habrá opción de fruta como alternativa al postre. Hasta 3 primaria los yogures que se daran seran natural sin azucar