

## LUNES

**6** Judías verdes rehogadas  
Abadejo en salsa marinera con zanahoria  
Pan, fruta, lácteo y agua  
Kcal. 767 P. 23g HC. 71g Lip. 41g

**13** Lentejas guisadas  
Tortilla de patata con ensalada  
Pan, fruta, lácteo y agua  
Kcal. 737 P. 27g HC. 75g Lip. 33g

**20** Pasta con tomate y queso  
Merluza en salsa con verduras asadas  
Pan, fruta, lácteo y agua  
Kcal. 613 P. 30g HC. 87g Lip. 14g

**27** Crema de calabacín  
Cinta de lomo al ajillo con patatas fritas  
Pan, fruta, lácteo y agua  
Kcal. 734 P. 33g HC. 73g Lip. 32g

## MARTES

**7** Alubias blancas con verduras  
Tortilla francesa con ensalada  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 700 P. 39g HC. 56g Lip. 32g

**14** Puré de verduras de la huerta  
Cinta de lomo al horno  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 648 P. 33g HC. 70g Lip. 24g

**21** Judías blancas guisadas  
Tortilla francesa con ensalada  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 700 P. 39g HC. 56g Lip. 32g

**28** Paella de verduras  
Pollo en salsa con verduras  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 763 P. 34g HC. 101g Lip. 33g

## MIÉRCOLES

**1**  
NO LECTIVO

**8** Macarrones con tomate y verduras  
Cinta de lomo al ajillo con ensalada  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 613 P. 30g HC. 85g Lip. 22g

**15** Arroz con verduras  
Atún con tomate y pimiento morrón  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 755 P. 29g HC. 98g Lip. 26g

**22** Guisantes rehogados  
Albóndigas mixtas en salsa con patatas  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 728 P. 22g HC. 68g Lip. 40g

**29** Lentejas guisadas con chorizo  
Tortilla de patata con ensalada  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 737 P. 27g HC. 75g Lip. 33g

## JUEVES

**2** Pasta con tomate  
Abadejo salsa Menier con calabacín  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 676 P. 35g HC. 94g Lip. 16g

**9** Garbanzos guisados con verduras  
Merluza rebozada con ensalada  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 720 P. 37g HC. 66g Lip. 31g

**16** Sopa de cocido con fideos  
Cocido completo  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 690 P. 35g HC. 76g Lip. 24g

**23** Arroz con tomate  
Bacalao en tempura con ensalada  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 708 P. 19g HC. 106g Lip. 22g

**30** Pasta carbonara  
Palometa al horno con pisto  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 663 P. 30g HC. 87g Lip. 19g

## VIERNES

**3** Sopa de cocido con fideos  
Cocido completo  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 738 P. 38g HC. 82g Lip. 26g

**10** Crema de calabaza  
Pollo asado con patatas  
Pan, fruta y agua  
Kcal. 668 P. 30g HC. 65g Lip. 31g

**17**  
NO LECTIVO

**24** ENGLISH DAY  
Baked beans  
Hamburguesa completa  
Brownie, Pan, fruta y agua  
Kcal. 766 P. 33g HC. 63g Lip. 37g