



LUNES
MONDAY

MARTES
TUESDAY

MIERCOLES
WEDNESDAY

JUEVES
THURSDAY

VIERNES
FRIDAY

2 DIA FESTIVO

3 PURE
ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS
POSTRE LACTEO Y PAN
Vegetable soup
Meatballs in sauce with potatoes
Dairy dessert and bread
H.C.(G) 58,2 PROT.(G) 24,2 LIP.(G) 43,7 E(KCAL) 739
Cena: salmón al papillote con verduras

LENTEJAS ECOLOGICAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Organic lentils with vegetable
Spanish omelette with salad
Fruit and bread
H.C.(G) 74,5 PROT.(G) 29,9 LIP.(G)37,2 E(KCAL) 795
Cena: ternera en salsa

5 ESPIRALES CON TOMATE Y BACON
MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUI SANTES
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Tomato and bacon pasta
Hakein green sauce with peas
Fruit and bread
H.C.(G)85 PROT.(G) 34,3 LIP.(G) 24,5 E(KCAL) 715
Cena: pollo a la plancha con calabacin

6 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO (arbanzos, tocino, morcillo y chorizo)
POSTRE LACTEO Y PAN
Cocido soup
Chickpeas, meat, chorizo
Dairy dessert and bread
H.C.(G) 71,1PROT.(G) 37,7 LIP.(G) 33,3 E(KCAL) 708
Cena: bacalao con tomate

9 FESTIVIDAD DE LA ALMUDENA

10 GARBANZOS GUISADOS
MERLUZA EN SALSA DE NARANJA CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN
Chickpeas
Hake in orange sauge with baby carrot
Dairy dessert and bread
H.C.(G) 70,6 PROT.(G) 45,4 LIP.(G) 20 E(KCAL) 674
Cena: crema de verduras/pavo a la plancha

11 SOPA DE ESTRELLAS
FILETE DE POLLO AL HORNO CON PATATAS
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Stars soup
Baked chicken with frenchfries
Fruit and bread
H.C.(G) 73,9 PROT.(G) 31 LIP.(G)19,9 E(KCAL)613
Cena: merluza a la plancha con ensalada

12 ARROZ A LA MILANESA
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Milanesa rice
Omelette with salad
Fruit and bread
H.C.(G)76,9 PROT.(G) 24 LIP.(G) 32,8 E(KCAL) 709
Cena: wok de ternera

13 PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA
BACALAO EN TEMPURA CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
Vegetables soup
Cod with salad
Dairy dessert and bread
H.C.(G) 74,1PROT.(G) 28,3 LIP.(G) 36,2 E(KCAL) 752
Cena: bacalao con tomate

16 FIDEUA DE VERDURAS
SALCHICHAS DE PAVO CON TOMATE Y ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Vegetable fidegua
Turkey sausage with tomato and salad
Fruit and bread
H.C.(G) 89,3 PROT.(G) 27 LIP.(G) 19,9 E(KCAL) 660
Cena: palometa a la plancha con calabacin

17 JUDIAS BLANCAS GUISADAS CON VERDURAS
RODAJA DE MERLUZA A LA ANDALUZA CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN
Stewed white beans
Fish with salad
Dairy dessert and bread
H.C.(G) 61,8 PROT.(G) 40,9 LIP.(G) 31,7 E(KCAL) 723
Cena: albóndigas en salsa con patatas

18 DIA HINDU
ARROZ Y POLLO AL ESTILO HINDU
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Chicken Rice hindu style
Fruit and bread
H.C.(G) 98,1 PROT.(G) 39,8 LIP.(G)18,6 E(KCAL)729
Cena: pisto con huevo

19 CREMA DE ESPINACAS
TERNERA ASADA EN SALSA CON PATATAS AL VAPOR
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Spinach cream
Beef in sauce with steamed potatoes
Fruit and bread
H.C.(G)66,6 PROT.(G) 43,2 LIP.(G) 25,8 E(KCAL) 711
Cena: lubina a la plancha con ensalada

20 CODITOS CON TOMATE
BACALAO EN SALSA DE PIMIENTOS
POSTRE LACTEO Y PAN
Tomato pasta
Cod in pepper sauce
Dairy dessert and bread
H.C.(G) 82,4 PROT.(G) 39,8 LIP.(G) 19,4 E(KCAL) 682
Cena: ragu de pavo en salsa

23 JUDIAS VERDES REHOGADAS
ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Green beans with aarlic
Fried chicken with salad
Fruit and bread
H.C.(G) 57,8 PROT.(G) 19,6 LIP.(G) 32,2 E(KCAL) 619
Cena: salmón a la plancha con verduras

24 LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS CON CALABACIN EN TEMPURA
POSTRE LACTEO Y PAN
Lentils with vegetables
Spanish omelette with zucchini in tempura
Dairy dessert and bread
H.C.(G) 74,1 PROT.(G) 33,4 LIP.(G) 43,1 E(KCAL) 852
Cena: calabacin relleno de carne

MACARRONES REHOGADOS CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA MENIER CON ZANAHORIA BABY
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Pasta with vegetables
Hake in sauce with carrot baby
Fruit and bread
H.C.(G) 88,9 PROT.(G) 36,5 LIP.(G)14,6 E(KCAL)663
Cena: pollo en salsa con patatas

26 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO (garbanzos, tocino, morcillo y chorizo)
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Cocido soup
Chickpeas, meat, chorizo
Fruit and bread
H.C.(G)74,1 PROT.(G) 36,9 LIP.(G) 26 E(KCAL) 708
Cena: dorada a la plancha con champiñón

27 PAELLA HORTELANA
PALOMETA EN SALSA DE TOMATE CON PIMIENTO MORRON
POSTRE LACTEO Y PAN
Vegetables and chicken paella
Pomfret in tomato saucewith pepper
Dairy dessert and bread
H.C.(G) 84,2 PROT.(G) 35,2 LIP.(G) 20,5E(KCAL) 672
Cena: crema de calabaza/croquetas de jamón

30 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO Y PAN
Stewed chicked peas
Omelette with lettuce
Fruit and bread
H.C.(G) 64 PROT.(G) 30,2 LIP.(G) 29,2 E(KCAL) 666
Cena: wok de verduras con pollo





LUNES
MONDAY

MARTES
TUESDAY

MIERCOLES
WEDNESDAY

JUEVES
THURSDAY

VIERNES
FRIDAY

2 **DIA FESTIVO**

3 **PURE ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN**

H.C.(G) 58,2 PROT.(G) 24,2 LIP.(G) 43,7 E(KCAL) 739

LENTEJAS ECOLOGICAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 74,5 PROT.(G) 29,9 LIP.(G)37,2 E(KCAL) 795

5 **ESPIRALES CON TOMATE Y BACON MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**

H.C.(G)85 PROT.(G) 34,3 LIP.(G) 24,5 E(KCAL) 715

6 **SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO (arbanzos, tocino, morcillo y chorizo) POSTRE LACTEO Y PAN**

H.C.(G) 71,1PROT.(G) 37,7 LIP.(G) 33,3 E(KCAL) 708

9 **FESTIVIDAD DE LA ALMUDENA**

10 **GARBANZOS GUISADOS MERLUZA EN SALSA DE NARANJA CON ZANAHORIA BABY POSTRE LACTEO Y PAN**

H.C.(G) 70,6 PROT.(G) 45,4 LIP.(G) 20 E(KCAL) 674

11 **SOPA DE ESTRELLAS FILETE DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**

H.C.(G) 73,9 PROT.(G) 31 LIP.(G)19,9 E(KCAL)613

12 **ARROZ A LA MILANESA TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**

H.C.(G)76,9 PROT.(G) 24 LIP.(G) 32,8 E(KCAL) 709

13 **PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA BACALAO EN TEMPURA CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN**

H.C.(G) 74,1PROT.(G) 28,3 LIP.(G) 36,2 E(KCAL) 752

16 **FIDEUA DE VERDURAS SALCHICHAS DE PAVO CON TOMATE Y ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**

H.C.(G) 89,3 PROT.(G) 27 LIP.(G) 19,9 E(KCAL) 660

17 **JUDIAS BLANCAS GUISADAS CON VERDURAS RODAJA DE MERLUZA A LA ANDALUZA CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN**

H.C.(G) 61,8 PROT.(G) 40,9 LIP.(G) 31,7 E(KCAL) 723

18 **DIA HINDU ARROZ Y POLLO AL ESTILO HINDU FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**

H.C.(G) 98,1 PROT.(G) 39,8 LIP.(G)18,6 E(KCAL)729

19 **CREMA DE ESPINACAS TERNERA ASADA EN SALSA CON PATATAS AL VAPOR FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**

H.C.(G)66,6 PROT.(G) 43,2 LIP.(G) 25,8 E(KCAL) 711

20 **CODITOS CON TOMATE BACALAO EN SALSA DE PIMIENTOS POSTRE LACTEO Y PAN**

H.C.(G) 82,4 PROT.(G) 39,8 LIP.(G) 19,4 E(KCAL) 682

23 **JUDIAS VERDES REHOGADAS ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**

H.C.(G) 57,8 PROT.(G) 19,6 LIP.(G) 32,2 E(KCAL) 619

24 **LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON CALABACIN EN TEMPURA POSTRE LACTEO Y PAN**

H.C.(G) 74,1 PROT.(G) 33,4 LIP.(G) 43,1 E(KCAL) 852

MACARRONES REHOGADOS CON VERDURAS MERLUZA EN SALSA MENIER CON ZANAHORIA BABY FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 88,9 PROT.(G) 36,5 LIP.(G)14,6 E(KCAL)663

26 **SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO (garbanzos, tocino, morcillo y chorizo) FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**

H.C.(G)74,1 PROT.(G) 36,9 LIP.(G) 26 E(KCAL) 708

27 **PAELLA HORTELANA PALOMETA EN SALSA DE TOMATE CON PIMIENTO MORRON POSTRE LACTEO Y PAN**

H.C.(G) 84,2 PROT.(G) 35,2 LIP.(G) 20,5E(KCAL) 672

30 **GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN**

H.C.(G) 64 PROT.(G) 30,2 LIP.(G) 29,2 E(KCAL) 666





LUNES
MONDAY

MARTES
TUESDAY

MIERCOLES
WEDNESDAY

JUEVES
THURSDAY

VIERNES
FRIDAY

2 DIA FESTIVO

3 PURE ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS POSTRE LACTEO Y PAN

LENTEJAS ECOLOGICAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

5 ESPIRALES CON TOMATE Y BACON MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

6 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO (garbanzos, tocino, morcillo y chorizo) POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 58,2 PROT.(G) 24,2 LIP.(G) 43,7 E(KCAL) 739

H.C.(G) 74,5 PROT.(G) 29,9 LIP.(G)37,2 E(KCAL) 795

H.C.(G)85 PROT.(G) 34,3 LIP.(G) 24,5 E(KCAL) 715

H.C.(G) 71,1PROT.(G) 37,7 LIP.(G) 33,3 E(KCAL) 708

9 FESTIVIDAD DE LA ALMUDENA

10 GARBANZOS GUISADOS MERLUZA EN SALSA DE NARANJA CON ZANAHORIA BABY POSTRE LACTEO Y PAN

11 SOPA DE ESTRELLAS FILETE DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

12 ARROZ A LA MILANESA TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

13 PURE DE VERDURAS DE LA HUERTA BACALAO EN TEMPURA CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 70,6 PROT.(G) 45,4 LIP.(G) 20 E(KCAL) 674

H.C.(G) 73,9 PROT.(G) 31 LIP.(G)19,9 E(KCAL)613

H.C.(G)76,9 PROT.(G) 24 LIP.(G) 32,8 E(KCAL) 709

H.C.(G) 74,1PROT.(G) 28,3 LIP.(G) 36,2 E(KCAL) 752

16 FIDEUA DE VERDURAS SALCHICHAS DE PAVO CON TOMATE Y ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

17 JUDIAS BLANCAS GUISADAS CON VERDURAS RODAJA DE MERLUZA A LA ANDALUZA CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN

18 DIA HINDU ARROZ Y POLLO AL ESTILO HINDU FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

19 CREMA DE ESPINACAS TERNERA ASADA EN SALSA CON PATATAS AL VAPOR FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

20 CODITOS CON TOMATE BACALAO EN SALSA DE PIMIENTOS POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 89,3 PROT.(G) 27 LIP.(G) 19,9 E(KCAL) 660

H.C.(G) 61,8 PROT.(G) 40,9 LIP.(G) 31,7 E(KCAL) 723

H.C.(G) 98,1 PROT.(G) 39,8 LIP.(G)18,6 E(KCAL)729

H.C.(G)66,6 PROT.(G) 43,2 LIP.(G) 25,8 E(KCAL) 711

H.C.(G) 82,4 PROT.(G) 39,8 LIP.(G) 19,4 E(KCAL) 682

23 JUDIAS VERDES REHOGADAS ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

24 LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON CALABACIN EN TEMPURA POSTRE LACTEO Y PAN

MACARRONES REHOGADOS CON VERDURAS MERLUZA EN SALSA MENIER CON ZANAHORIA BABY FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

26 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO COMPLETO (garbanzos, tocino, morcillo y chorizo) FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

27 PAELLA HORTELANA PALOMETA EN SALSA DE TOMATE CON PIMIENTO MORRON POSTRE LACTEO Y PAN

H.C.(G) 57,8 PROT.(G) 19,6 LIP.(G) 32,2 E(KCAL) 619

H.C.(G) 74,1 PROT.(G) 33,4 LIP.(G) 43,1 E(KCAL) 852

H.C.(G) 88,9 PROT.(G) 36,5 LIP.(G)14,6 E(KCAL)663

H.C.(G)74,1 PROT.(G) 36,9 LIP.(G) 26 E(KCAL) 708

H.C.(G) 84,2 PROT.(G) 35,2 LIP.(G) 20,5E(KCAL) 672

30 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO Y PAN

H.C.(G) 64 PROT.(G) 30,2 LIP.(G) 29,2 E(KCAL) 666

