

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|--|---|--|---|--|
| <p align="right">- Día 1 -</p> <p>Coditos blancos salteados con verduritas</p> <p>Filete de merluza al estilo del chef</p> <p>Pera</p> <p>Kcal:259 Prot:15,7 Lip:11,2 HC:24,9</p> | <p align="right">- Día 2 -</p> <p>Judías pintas con arroz</p> <p>Hamburguesa de vacuno 100% encebollada</p> <p>Naranja</p> <p>Kcal:410 Prot:22,8 Lip:17,8 HC:39,4</p> | <p align="right">- Día 3 -</p> <p>Sopa de ave</p> <p>Filete de pollo empanado</p> <p>Yogur natural</p> <p>Kcal:261 Prot:16,9 Lip:8 HC:30,2</p> | <p align="right">- Día 4 -</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Pechuga de pavo a la gallega</p> <p>Manzana</p> <p>Kcal:233 Prot:23,5 Lip:6,9 HC:20,2</p> | <p align="right">- Día 5 -</p> <p>Lentejas a la hortelana</p> <p>Palometa en salsa con daditos de calabacin</p> <p>Mandarina</p> <p>Kcal:308 Prot:21,6 Lip:9,1 HC:35,3</p> |
| <p align="right">- Día 8 -</p> <p>Arroz con calamares</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Manzana</p> <p>Kcal:300 Prot:11,3 Lip:11 HC:39</p> | <p align="right">- Día 9 -</p> <p>Sopa de ave</p> <p>Cocido madrileño sin embutidos</p> <p>Mandarina</p> <p>Kcal:333 Prot:18,6 Lip:7,6 HC:47,4</p> | <p align="right">- Día 10 -</p> <p>Crema de puerro</p> <p>Pollo asado en su jugo</p> <p>Platano</p> <p>Kcal:280 Prot:17,4 Lip:11,9 HC:25,8</p> | <p align="right">- Día 11 -</p> <p>Alubias blancas estofadas con verduras</p> <p>Roti de pavo en salsa con patatas dado</p> <p>Yogur natural</p> <p>Kcal:388 Prot:36,2 Lip:9,2 HC:39,8</p> | <p align="right">- Día 12 -</p> <p>Espirales tricolor con salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa con guisantes</p> <p>Pera</p> <p>Kcal:251 Prot:11,7 Lip:9,7 HC:30,3</p> |
| <p align="right">- Día 15 -</p> <p>Lentejas a la hortelana</p> <p>Tortilla española</p> <p>Naranja</p> <p>Kcal:352 Prot:16,5 Lip:12 HC:43,3</p> | <p align="right">- Día 16 -</p> <p>Patatas guisadas con verduras</p> <p>Filete de bacalao rebozado</p> <p>Manzana</p> <p>Kcal:315 Prot:14,4 Lip:11,6 HC:39,3</p> | <p align="right">- Día 17 -</p> <p>Sopa de ave</p> <p>Pollo asado al limon</p> <p>Yogur natural</p> <p>Kcal:230 Prot:19,5 Lip:12,1 HC:10,6</p> | <p align="right">- Día 18 -</p> <p>Coliflor rehogada</p> <p>Ragout de ternera en salsa con daditos de calabaza y patatas</p> <p>Mandarina</p> <p>Kcal:183 Prot:14,6 Lip:21,5 HC:14,1</p> | |
| <p align="right">- Día 22 -</p> <p>Judías verdes ecologicas con ajito y zanahoria</p> <p>Ragout de pavo con sabor mediterraneo</p> <p>Naranja</p> <p>Kcal:179 Prot:21 Lip:4,8 HC:13,2</p> | <p align="right">- Día 23 -</p> <p>Garbanzos con espinacas y huevo duro</p> <p>Filete de merluza al caldo corto</p> <p>Manzana</p> <p>Kcal:283 Prot:21,9 Lip:6,9 HC:34,2</p> | <p align="right">- Día 24 -</p> <p>Arroz blanco con salsa de tomate</p> <p>Ternera asada con daditos de calabacin</p> <p>Platano</p> <p>Kcal:312 Prot:17,3 Lip:10,1 HC:38</p> | <p align="right">- Día 25 -</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Jamonicitos de pollo con patatas</p> <p>Yogur natural</p> <p>Kcal:269 Prot:20,2 Lip:13 HC:17,8</p> | |
| | | | | |

