

| 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 burger meat mixta encebollada</p> <p>Naranja</p> <p>Kcal:417 Prot:22,3 Lip:17,1 HC:43,5</p> | <p align="right">- Día 3 -</p> <p>Sopa de estrellas</p> <p>Pollo asado en su jugo</p> <p>Fruta variada</p> <p>Kcal:249 Prot:30,4 Lip:10,8 HC:8,3</p> | <p align="right">- Día 4 -</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Magro de cerdo en salsa con verduritas y patatas</p> <p>Manzana</p> <p>Kcal:228 Prot:14,8 Lip:9,9 HC:21,1</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 cocido</p> <p>Cocido madrileño completo</p> <p>Mandarina</p> <p>Kcal:364 Prot:17,6 Lip:17,2 HC:34,7</p> | <p align="right">- Día 10 -</p> <p>Crema de puerro</p> <p>Cinta de lomo adobada a la manzana</p> <p>Platano</p> <p>Kcal:373 Prot:16 Lip:22,5 HC:26,6</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>Fruta variada</p> <p>Kcal:395 Prot:47 Lip:6,5 HC:37,3</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 picadillo</p> <p>Pollo asado al limon</p> <p>Fruta variada</p> <p>Kcal:209 Prot:29 Lip:8,4 HC:5</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>Jamoncitos de pollo con patatas</p> <p>Fruta variada</p> <p>Kcal:275 Prot:31 Lip:10,3 HC:15,3</p> | |
| | | | | |

