

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 -	- Día 4 -
		<p>Sopa de ave</p> <p>Cocido madrileño sin embudidos</p> <p>Pan y Clementina</p> <p>Kcal:470 Prot:22,5 Lip:10,1 HC:76,4</p>	<p>.Crema de zanahoria</p> <p>Ragout de ternera en salsa con patatas</p> <p>Pan y Yogur natural</p> <p>Kcal:482 Prot:21,2 Lip:23,5 HC:50,4</p>	<p>Lentejas estofadas con verduras</p> <p>.Tortilla francesa</p> <p>Pan y Manzana</p> <p>Kcal:493 Prot:21,7 Lip:11,4 HC:79,7</p>
- Día 7 -	- Día 8 -	- Día 9 -	- Día 10 -	- Día 11 -
<p>.Judías verdes con patata y zanahoria</p> <p>.Filete de abadejo en salsa con verduritas</p> <p>Pan y Naranja</p> <p>Kcal:935 Prot:14,4 Lip:8,2 HC:44,1</p>	<p>Sopa de ave</p> <p>.Filete de pollo con pisto de verduras</p> <p>Pan y Platano</p> <p>Kcal:381 Prot:19,2 Lip:13,6 HC:48,8</p>		<p>Sopa de ave</p> <p>Cocido madrileño sin embudidos</p> <p>Pan y Clementina</p> <p>Kcal:470 Prot:22,5 Lip:10,1 HC:76,4</p>	<p>Macarrones con salsa de tomate</p> <p>.Filete de rape al pil pil con patatas</p> <p>Pan y Yogur natural</p> <p>Kcal:483 Prot:21,9 Lip:9,7 HC:63,7</p>
- Día 14 -	- Día 15 -	- Día 16 -	- Día 17 -	- Día 18 -
<p>.Brocoli gratinado con queso</p> <p>.Ragout de pavo estofado con patatas</p> <p>Pan y Platano</p> <p>Kcal:500 Prot:40,4 Lip:17,6 HC:48,4</p>	<p>.Judías pintas con arroz</p> <p>.Filete de merluza en salsa con tiras de pimientos</p> <p>Pan y Naranja</p> <p>Kcal:572 Prot:37 Lip:17,2 HC:70,4</p>	<p>.Crema de calabaza</p> <p>Pechuga de pavo encebollada</p> <p>Pan y Manzana</p> <p>Kcal:368 Prot:25,8 Lip:8,8 HC:50,8</p>	<p>Sopa de ave</p> <p>.Musitos de pollo con patatas</p> <p>Pan y Yogur natural</p> <p>Kcal:370 Prot:23,6 Lip:14,1 HC:40,4</p>	<p>.Fideuá de verduras</p> <p>Bacalao al horno con daditos de zanahoria</p> <p>Pan y Pera</p> <p>Kcal:282 Prot:7,3 Lip:6,2 HC:53,7</p>
- Día 21 -	- Día 22 -	- Día 23 -	- Día 24 -	- Día 25 -
<p>.Lentejas estofadas con verduras</p> <p>.Tortilla española</p> <p>Pan y Naranja</p> <p>Kcal:488 Prot:20,4 Lip:14 HC:72,3</p>	<p>Arroz con pollo</p> <p>.Filete de merluza en salsa con verduras hervidas</p> <p>Pan y Platano</p> <p>Kcal:383 Prot:17,6 Lip:9,5 HC:60,1</p>	<p>Sopa de ave</p> <p>.Filete de pollo en su jugo</p> <p>Pan y Yogur natural</p> <p>Kcal:375 Prot:23,6 Lip:15,1 HC:39,4</p>	<p>.Judías blancas con verduras</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Pan y Clementina</p> <p>Kcal:476 Prot:20,9 Lip:10,1 HC:78,9</p>	<p>Coditos con salsa de tomate y queso rallado</p> <p>.Filete de abadejo en salsa con tiras de pimiento</p> <p>Pan y Pera</p> <p>Kcal:566 Prot:23,7 Lip:15,5 HC:85,7</p>
- Día 28 -	- Día 29 -	- Día 30 -		
<p>.Garbanzos con espinacas</p> <p>.Salchichas de pavo con jardinera de verduras</p> <p>Pan y Manzana</p> <p>Kcal:457 Prot:18,8 Lip:21 HC:52,7</p>	<p>.Patatas guisadas con bacalao</p> <p>Hamburguesa de vacuno 100% al horno con daditos de zanahoria</p> <p>Pan y Platano</p> <p>Kcal:497 Prot:21,1 Lip:24,7 HC:51</p>	<p>Crema de guisantes</p> <p>.Tortilla española</p> <p>Pan y Naranja</p> <p>Kcal:394 Prot:12,7 Lip:13,6 HC:57,1</p>		



GLUTEN
 HUEVO
 PESCADO
 MOLUSCO
 SOJA
 ALTRAMUCES
 LECHE
 SÉSAMO
 FRUTOS DE CÁSCARA
 APIO
 MOSTAZA
 SULFITOS
 CACAHUETES
 CRUSTÁCEOS