

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	- Día 1 -	- Día 2 - Lentejas estofadas con verduras .Tortilla francesa Manzana Kcal:357 Prot:17,8 Lip:9,4 HC:50,7	- Día 3 - .Judías verdes con patata y zanahoria .Filete de abadejo en salsa con verduritas Naranja Kcal:799 Prot:10,5 Lip:6,2 HC:15,1	- Día 4 - Sopa de ave .Filete de pollo con pisto de verduras Platano Kcal:245 Prot:15,3 Lip:11,6 HC:19,8
- Día 7 - .Patatas guisadas con verduras Ragout de ternera a la jardinera Pera Kcal:300 Prot:14,3 Lip:31,8 HC:25	- Día 8 - Sopa de ave Cocido madrileño sin embutidos Clementina Kcal:334 Prot:18,6 Lip:8,1 HC:47,4	- Día 9 -	- Día 10 - Crema de Brócoli .Ragout de pavo estofado con patatas Manzana Kcal:255 Prot:24,4 Lip:8,1 HC:22,3	- Día 11 - .Judías pintas con arroz .Filete de merluza en salsa con tiras de pimientos Naranja Kcal:436 Prot:33,1 Lip:15,2 HC:41,4
- Día 14 - .Crema de calabaza Pechuga de pavo encebollada Manzana Kcal:232 Prot:21,9 Lip:6,8 HC:21,8	- Día 15 - Sopa de ave .Muslitos de pollo con patatas Fruta variada Kcal:240 Prot:30,5 Lip:9,4 HC:8,9	- Día 16 - .Fideuá de verduras Bacalao al horno con daditos de zanahoria Platano Kcal:165 Prot:3,8 Lip:3,9 HC:28,6	- Día 17 - .Lentejas estofadas con verduras .Tortilla española Naranja Kcal:352 Prot:16,5 Lip:12 HC:43,3	- Día 18 - .Arroz con pollo .Filete de merluza en salsa con verduras hervidas Pera Kcal:228 Prot:13,3 Lip:7,8 HC:12,5
- Día 21 - Sopa de ave .Filete de pollo en su jugo Fruta variada Kcal:245 Prot:30,5 Lip:10,4 HC:7,9	- Día 22 - .Judías blancas con verduras Tortilla francesa Clementina Kcal:340 Prot:17 Lip:8,1 HC:49,9	- Día 23 - Coditos con salsa de tomate .Filete de abadejo en salsa con tiras de pimiento Pera Kcal:256 Prot:12,2 Lip:9,9 HC:30,6	- Día 24 - .Garbanzos con espinacas .Salchichas de pavo con jardinera de verduras Manzana Kcal:321 Prot:14,9 Lip:19 HC:23,7	- Día 25 - .Patatas guisadas con bacalao Hamburguesa de vacuno 100% al horno con daditos de zanahoria Platano Kcal:361 Prot:17,2 Lip:22,7 HC:22
- Día 28 - Crema de guisantes .Tortilla española Naranja Kcal:258 Prot:8,8 Lip:11,6 HC:28,1	- Día 29 - .Arroz con tomate .Jamoncitos de pollo con verduras Fruta variada Kcal:379 Prot:31,4 Lip:12 HC:29,2	- Día 30 - .Judías pintas con verduras .Filete de bacalao rebozado Manzana Kcal:418 Prot:22,4 Lip:11,5 HC:56,5		

