



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	- Día 1 -	- Día 2 -	- Día 3 -	- Día 4 -
		.Sopa de cocido  .Cocido madrileño completo  Pan y Clementina Kcal:485 Prot:21,4 Lip:19,7 HC:63,7	.Crema de zanahoria  .Lacón con cachelos  Pan y Yogur natural Kcal:565 Prot:25,5 Lip:30,2 HC:51,7	.Lentejas estofadas con chorizo  .Tortilla francesa  Pan y Manzana Kcal:536 Prot:25,6 Lip:13,7 HC:81,2
- Día 7 -	- Día 8 -	- Día 9 -	- Día 10 -	- Día 11 -
.Judías verdes con patata y zanahoria  Cinta de lomo fresca con verduras  Pan y Naranja Kcal:974 Prot:20,7 Lip:9,5 HC:44,4	.Sopa de picadillo  .Filete de pollo con pisto de verduras  Pan y Platano Kcal:381 Prot:19,2 Lip:13,6 HC:48,8		.Sopa de cocido  .Cocido madrileño completo  Pan y Clementina Kcal:485 Prot:21,4 Lip:19,7 HC:63,7	Macarrones con salsa de tomate  Pollo asado en su jugo  Pan y Yogur natural Kcal:525 Prot:26,8 Lip:19,4 HC:63,4
- Día 14 -	- Día 15 -	- Día 16 -	- Día 17 -	- Día 18 -
.Brocoli gratinado con queso  .Ragout de pavo estofado con patatas  Pan y Platano Kcal:500 Prot:40,4 Lip:17,6 HC:48,4	.Judías pintas con arroz  Tortilla francesa  Pan y Naranja Kcal:479 Prot:20,1 Lip:10,1 HC:79,6	.Crema de calabaza  .San Jacobo  Pan y Manzana Kcal:423 Prot:12 Lip:9,6 HC:74,1	.Sopa de estrellas  .Muslitos de pollo con patatas  Pan y Yogur natural Kcal:370 Prot:23,6 Lip:14,1 HC:40,4	.Fideuá de verduras  Pechuga de pavo en salsa con daditos de zanahoria  Pan y Pera Kcal:411 Prot:27,1 Lip:10,5 HC:56,5
- Día 21 -	- Día 22 -	- Día 23 -	- Día 24 -	- Día 25 -
.Lentejas estofadas con verduras  .Tortilla española  Pan y Naranja Kcal:488 Prot:20,4 Lip:14 HC:72,3	Arroz con pollo  Ragout de ternera en salsa con calabacin  Pan y Platano Kcal:531 Prot:21,3 Lip:24,5 HC:59,6	.Sopa de fideos  .Filete de pollo en su jugo  Pan y Yogur natural Kcal:375 Prot:23,6 Lip:15,1 HC:39,4	.Judías blancas con verduras  .Cinta de lomo adobada al horno  Pan y Clementina Kcal:632 Prot:30,7 Lip:29,2 HC:65,9	Coditos con salsa de tomate y queso rallado  Tortilla francesa  Pan y Pera Kcal:621 Prot:21,5 Lip:17,1 HC:97,3
- Día 28 -	- Día 29 -	- Día 30 -		
.Garbanzos con espinacas  .Salchichas de pavo con jardinera de verduras  Pan y Manzana Kcal:457 Prot:18,8 Lip:21 HC:52,7	Patatas guisadas con verduras  .Hamburguesa burger meat mixta con daditos de zanahoria  Pan y Platano Kcal:510 Prot:17,4 Lip:21,5 HC:65,5	.Guisantes rehogados con jamón york  Tortilla española  Pan y Naranja Kcal:417 Prot:16 Lip:16,3 HC:54		

