

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			.Fideuá de verduras - Día 1 -  Hamburguesa de vacuno 100% al horno con daditos de zanahoria Platano Kcal:392 Prot:16,1 Lip:23,1 HC:29,8	Sopa de ave - Día 2 -  Cocido madrileño sin embutidos  Pera Kcal:344 Prot:18,4 Lip:8,1 HC:50,3
.Crema de zanahoria - Día 5 -  Filete de pollo a la plancha con daditos de calabacín Fruta variada Kcal:261 Prot:29,1 Lip:9,9 HC:14,9	- Día 6 - 	.Farfalle a la Napolitana - Día 7 -  Bacalao en salsa con daditos de calabaza  Manzana Kcal:266 Prot:15,6 Lip:9,6 HC:30,4	- Día 8 - 	.Lentejas estofadas con verduras - Día 9 -  .Tortilla Francesa  Clementina Kcal:344 Prot:18,1 Lip:9,4 HC:47,1
Crema de Brócoli - Día 12 -  Filete de abadejo con patata panadera  Pera Kcal:182 Prot:10,1 Lip:7,2 HC:20,5	.Judías pintas con verduras - Día 13 -  Hamburguesa de vacuno 100% encebollada Naranja Kcal:406 Prot:23,6 Lip:17,3 HC:38,5	.Arroz con tomate - Día 14 - Rape en salsa verde  Platano Kcal:324 Prot:13,2 Lip:10,1 HC:37,4	.Judías verdes con patata y zanahoria - Día 15 -  Filete de pollo en su jugo con tiras de pimiento Fruta variada Kcal:909 Prot:37,3 Lip:8,5 HC:11,1	Patatas guisadas con verduras - Día 16 -  .Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín  Manzana Kcal:192 Prot:10,4 Lip:6,4 HC:24,5
Lentejas estofadas con verduras - Día 19 -  .Tortilla Española  Clementina Kcal:353 Prot:16,5 Lip:12,5 HC:43,5	.Crema de puerro - Día 20 -  .Muslitos de pollo con patatas  Fruta variada Kcal:280 Prot:31,2 Lip:10,4 HC:16,3	Coditos con salsa de tomate - Día 21 -  Pechuga de pavo encebollada Bolsa de chucherías Kcal:264 Prot:23,4 Lip:8,9 HC:22,5	Sopa de ave - Día 22 -  Cocido madrileño sin embutidos  Manzana Kcal:347 Prot:18,3 Lip:8,1 HC:51	- Día 23 -
- Día 26 - 	- Día 27 - 	- Día 28 - 	- Día 29 - 	- Día 30 -

