

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<b>Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos</b>		<b>1</b> Ensalada lechuga, tomate y pepino  Arroz con pollo y verduras  Pan integral Yogur <i>Cena: Crema de verduras y pechuga de pavo a la plancha. Fruta</i> 774.77 KC 34.87 PR 110.85 HC 20.57 LP 6.12 GS	<b>2</b> Ensalada de lech, zanah. y aceitunas  Habichuelas blancas estofadas Pan blanco Fruta del Tiempo <i>Cena: Tortilla de coliflor y cebolla y ensalada con queso fresco. Fruta</i> 662.09 KC 26.35 PR 76.50 HC 9.48 LP 1.89 GS
<b>5</b> Ensalada lechuga, pepino y maíz  Lentejas con arroz y verduras Pan blanco Fruta del Tiempo <i>Cena: Pastel de verduras y lomo a la plancha. Fruta</i> 857.31 KC 28.02 PR 141.66 HC 14.73 LP 2.45 GS	<b>6</b>  Fiestas	<b>7</b> Ensal comple(lech,tom,pavo,queso) Sopa con garbanzos y albóndigas Pan blanco Fruta del Tiempo <i>Cena: Sándwich integral mixto con tortilla. Fruta</i> 674.90 KC 25.59 PR 84.63 HC 23.01 LP 5.03 GS	<b>8</b>  Fiestas	<b>9</b>  Fiestas
<b>12</b> Ensalada lechuga, remolacha y tomate  Lentejas estofadas Pan blanco Fruta del Tiempo <i>Cena: Hervido de verduras de otoño. Fruta</i> 683.22 KC 27.66 PR 110.77 HC 9.32 LP 1.64 GS	<b>13</b> Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas)  Macarrones con atún, verduras y Pan integral Yogur <i>Cena: Fideos de arroz con verduras y salsa. Fruta</i> 641.90 KC 26.23 PR 97.46 HC 14.56 LP 4.20 GS	<b>14</b> Ensalada de cheff(lechu, tomate, atún)  Asado de pescado con patatas Pan blanco Fruta del Tiempo <i>Cena: Alitas de pollo y aguacate con aceite. Fruta</i> 524.48 KC 26.08 PR 77.05 HC 9.59 LP 2.00 GS	<b>15</b> Ensalada huerta (lech,pepino, zanah)  Estofado de patata con ternera Pan integral Yogur <i>Cena: Calabacín a la plancha y pescado al horno. Fruta</i> 473.74 KC 24.16 PR 57.41 HC 14.88 LP 4.87 GS	<b>16</b> Ensalada de lech, zanah, remolacha  Cocido completo Pan blanco Fruta del Tiempo <i>Cena: Sémola y ternera a la plancha. Fruta</i> 829.40 KC 37.50 PR 107.23 HC 23.52 LP 7.53 GS
<b>19</b> Ensalada de toma, lechu y zanah  Lentejas con chorizo Pan blanco Fruta del Tiempo <i>Cena: Parrillada de verduras y tortilla con pimiento. Fruta</i> 700.14 KC 29.41 PR 104.59 HC 13.44 LP 3.41 GS	<b>20</b> Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  Espaguetis a la boloñesa Pan integral Yogur <i>Cena: Sopa con estrelitas y pollo a la plancha. Fruta</i> 715.21 KC 36.86 PR 100.15 HC 13.34 LP 4.01 GS	<b>21</b> Ensalada lechuga, tomate y pepino  Potaje con albóndigas Pan blanco Fruta del Tiempo <i>Cena: Dorada al horno con ensalada. Fruta</i> 797.77 KC 26.03 PR 111.86 HC 22.39 LP 2.93 GS	<b>22</b> Ensalada de lech, zanah. y espárr  Asado de pollo con patatas Pan integral Yogur <i>Cena: Pizza casera integral con verduras. Fruta</i> 527.34 KC 31.87 PR 47.27 HC 22.07 LP 6.57 GS	<b>23</b> Ensalada lechu, toma y lomb  Pizza Casera Catering 45 Pan blanco Fruta del Tiempo <i>Cena: Crema de hortalizas y huevo duro. Fruta</i> 712.58 KC 22.03 PR 125.55 HC 11.87 LP 4.30 GS
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>

Menú supervisado por Laura López Blasco, Dietista-Nutricionista con nº de col. CV00204

Alérgenos de declaración obligatoria.

