

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
							1	Arroz con verduras Caldereta de rape con patatas y guisantes Postre especial Pan ( (14) , (4) , (14) , (1) )	
4	Coditos con tomate y orégano Hamburguesa mixta con ensalada Fruta Pan ( (1 , 3 , 6 , 10) , (6 , 14) , (1) )	5	Lentejas con magro Merluza a la naranja con patatas Fruta Pan ( (1 , 14) , (1) )	6	Patatas guisadas con verduras Pollo al ajillo con champiñones Yogur Pan ( (14) , (7) , (1) )	7	Sopa de cocido Cocido completo Fruta Pan ( (1 , 14) , (1) )	8	Brócoli rehogado Tortilla guisada con verduras Postre especial Pan ( (14) , (3 , 14) , (1) )
771 Kcal 29g Prot 26g Lip 103g Hc		680 Kcal 32g Prot 23g Lip 78g Hc		609 Kcal 19g Prot 16g Lip 90g Hc		785 Kcal 40g Prot 35g Lip 82g Hc		586 Kcal 24g Prot 29g Lip 53g Hc	
11	Crema de calabacín Lomo adobado en salsa con verduras Fruta Pan ( (14) , (1) )	12	Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con verduras Fruta Pan ( (3 , 14) , (1) )	13	Sopa de ave con pistones Jamoncitos de pollo guisados con verduras Yogur Pan ( (1 , 3 , 6 , 10) , (14) , (7) , (1) )	14	Judías pintas con arroz Flamenquines con ensalada Fruta Pan ( (14) , (1 , 2 , 3 , 4 , 6 , 7 , 10 , 12 , 14) , (1) )	15	Macarrones con queso y tomate Merluza en salsa verde con huevo duro y guisante Postre especial Pan ( (1 , 3 , 6 , 7 , 10) , (2 , 4 , 12 , 14) , (1) )
632 Kcal 26g Prot 26g Lip 71g Hc		674 Kcal 20g Prot 22g Lip 97g Hc		768 Kcal 50,1g Prot 30,2g Lip 81,7g		1069 Kcal 47g Prot 46g Lip 104g Hc		651 Kcal 25,3g Prot 22,7g Lip 85,4g	
18	Judías verdes rehogadas Huevos con pisto Fruta Pan ( (3 , 14) , (1) )	19	Sopa de cocido Cocido completo Fruta Pan ( (1 , 14) , (1) )	20	Coditos con tomate y orégano Albóndigas en salsa con champiñones Yogur Pan ( (1 , 3 , 6 , 10) , (6 , 14) , (7) , (1) )	21	Judías blancas estofadas Muslos de pollo al limón con salteado de maíz y zanahoria Yogur Pan ( (14) , (1) , (7) )	22	Patatas guisadas con verduras Salmón al horno con ensalada Postre especial Pan ( (14) , (4) , (1) )
562 Kcal 19g Prot 32g Lip 49g Hc		785 Kcal 40g Prot 35g Lip 82g Hc		976 Kcal 48g Prot 31g Lip 121g Hc		1162 Kcal 43,4g Prot 54,4g Lip		823 Kcal 45g Prot 42g Lip 62g Hc	
25	Macarrones con tomate Lacón al horno con puré parmentier Fruta Pan ( (1 , 3) , (6 , 7 , 14) , (1) )	26	Potaje de garbanzos y espinacas Buñuelos de bacalao Postre especial Pan ( (1 , 4 , 7) , (1) )	27	Sopa de ave con estrellitas Pollo al horno con verduras al horno Yogur Pan ( (1) , (14) , (7) )	28	Crema de calabacín Carbonero al pil pil Fruta Pan ( (14) , (2 , 4 , 12) , (1) )	29	Arroz con verduras Merluza al horno Postre especial Pan ( (14) , (4) , (1) )
896 Kcal 25g Prot 33,7g Lip 119,5g		547 Kcal 4g Prot 8,8g Lip 66,8g Hc		920 Kcal 37,4g Prot 43,5g Lip 83,7g		736 Kcal 56g Prot 29g Lip 65g Hc		527 Kcal 27g Prot 12g Lip 77g Hc	

- Alérgenos**
- 1. Gluten
  - 2. Lácteo
  - 3. Huevo
  - 4. Pescado
  - 5. Molusco
  - 6. Crustáceo
  - 7. Soja
  - 8. Cacahuete
  - 9. Fruto cáscara
  - 10. Apio
  - 11. Mostaza
  - 12. Sésamo
  - 13. Altramuz
  - 14. Sulfito