

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6		7	Sopa de verdura y fideos Tortilla francesa con verduras Fruta diabéticos Pan (3), (1)	8	Arroz con salsa de tomate Merluza al horno con calabacín Fruta diabéticos Pan (4), (1)	9	Sopa de verdura Cocido con pollo Yogur desnatado Pan (14), (7), (1)	10	Arroz de verduras al curry Hamburguesa de ternera con salteado de verduras Fruta diabéticos Pan (6), (1)
375 Kcal 8,6g Prot 9,7g Lip 64,1g Hc		650 Kcal 30,1g Prot 10,1g Lip 110,1g		683 Kcal 33,2g Prot 23,8g Lip 88,2g		767 Kcal 23,6g Prot 22,4g Lip 117,4g			
13	Sopa de verdura Carbonero al limón con verduras Yogur desnatado Pan (4), (7), (1)	14	Arroz con salsa de tomate Merluza al horno con calabacín Fruta diabéticos Pan (4), (1)	15	Sopa de verdura Tortilla francesa con verduras Fruta diabéticos Pan (3), (1)	16	Salteado campestre Lomo de sajonia con champiñones Fruta diabéticos Pan (1)	17	Sopa de verdura Lacón al horno con zanahorias Fruta diabéticos Pan (1)
480 Kcal 43,9g Prot 9,3g Lip 52,2g Hc		650 Kcal 30,1g Prot 10,1g Lip 110,1g		375 Kcal 8,6g Prot 9,7g Lip 64,1g Hc		953 Kcal 31,5g Prot 39g Lip 109,4g		575 Kcal 32g Prot 20,8g Lip 65,4g Hc	
20	Arroz con salsa de tomate Salmón al horno con calabacín Yogur desnatado Pan (4), (7), (1)	21	Sopa de verdura Cocido con pollo Fruta diabéticos Pan (14), (1)	22	Sopa de verdura Hamburguesa de ternera con salteado de verduras Fruta diabéticos Pan (6), (1)	23	Judías blancas guisadas con hortalizas Tortilla francesa con verduras Fruta diabéticos Pan (3), (1)	24	Brócoli rehogado Jamoncitos de pollo al horno con pimiento Fruta diabéticos Pan (1)
721 Kcal 48,7g Prot 12,5g Lip 96,8g		701 Kcal 27,3g Prot 24,1g Lip 100,7g		533 Kcal 18g Prot 21,3g Lip 67,9g Hc		579 Kcal 23,5g Prot 7,8g Lip 105,9g		491 Kcal 23,6g Prot 11,5g Lip 70,6g	
27	Sopa de verdura Tortilla francesa con verduras Yogur desnatado Pan (3), (7), (1)	28	Arroz con salsa de tomate Merluza al horno con cebolla y zanahoria Fruta diabéticos Pan (4, 14), (1)	29	Sopa de verdura Hamburguesa de pollo con salteado de verduras Fruta diabéticos Pan (1, 6, 14), (1)	30	Lentejas estofadas con hortalizas Lacón al horno con zanahorias Yogur desnatado Pan (7), (1)		
357 Kcal 14,5g Prot 9,4g Lip 51,6g Hc		627 Kcal 27,3g Prot 9,7g Lip 108g Hc		648 Kcal 43,2g Prot 16g Lip 82,7g		740 Kcal 53,1g Prot 18,3g Lip			

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

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES			
6		7	Puré de verduras con patata y pollo Puré de fruta Yogur  ( (14), (7) )  995 Kcal 40,9g Prot 59,1g Lip 55,4g	8	Puré de champiñones, patata y zanahoria con ternera Puré de fruta Yogur  ( (14), (7) )  1016 Kcal 32,1g Prot 35,2g Lip	9	Puré de patata, calabacín y zanahoria con huevo TX Puré de fruta Flan de vainilla  ( (3, 14), (7) )  710 Kcal 18,8g Prot 39,1g Lip 64,8g	10	Puré de puerro, patata y zanahoria con magro Puré de fruta Yogur  ( (14), (7) )  844 Kcal 29,6g Prot 47,2g Lip 57,5g		
13	Puré de champiñones, patata y zanahoria con ternera Puré de fruta Yogur  ( (14), (7) )  1016 Kcal 32,1g Prot 35,2g Lip	14	Puré de patata, calabacín y zanahoria con huevo TX Puré de fruta Yogur  ( (3, 14), (7) )  871 Kcal 18,8g Prot 53,7g Lip 59,1g	15	Puré de puerro, patata y zanahoria con magro Puré de fruta Yogur  ( (14), (7) )  844 Kcal 29,6g Prot 47,2g Lip 57,5g	16	Puré de verduras con patata y pollo Puré de fruta Yogur  ( (14), (7) )  995 Kcal 40,9g Prot 59,1g Lip 55,4g	17	Puré de patata, calabacín y zanahoria con huevo TX Puré de fruta Yogur  ( (3, 14), (7) )  871 Kcal 18,8g Prot 53,7g Lip 59,1g		
20	Puré de patata, calabacín y zanahoria con huevo TX Puré de fruta Yogur  ( (3, 14), (7) )  871 Kcal 18,8g Prot 53,7g Lip 59,1g	21	Puré de verduras con patata y pollo Puré de fruta Yogur  ( (14), (7) )  995 Kcal 40,9g Prot 59,1g Lip 55,4g	22	Puré de champiñones, patata y zanahoria con ternera Puré de fruta Yogur  ( (14), (7) )  1016 Kcal 32,1g Prot 35,2g Lip	23	Puré de patata, calabacín y zanahoria con huevo TX Puré de fruta Flan de vainilla  ( (3, 14), (7) )  710 Kcal 18,8g Prot 39,1g Lip 64,8g	24	Puré de puerro, patata y zanahoria con magro Puré de fruta Yogur  ( (14), (7) )  844 Kcal 29,6g Prot 47,2g Lip 57,5g		
27	Puré de champiñones, patata y zanahoria con ternera Puré de fruta Yogur  ( (14), (7) )  1016 Kcal 32,1g Prot 35,2g Lip	28	Puré de patata, calabacín y zanahoria con huevo TX Puré de fruta Yogur  ( (3, 14), (7) )  871 Kcal 18,8g Prot 53,7g Lip 59,1g	29	Puré de puerro, patata y zanahoria con magro Puré de fruta Yogur  ( (14), (7) )  844 Kcal 29,6g Prot 47,2g Lip	30	Puré de verduras con patata y pollo Puré de fruta Yogur  ( (14), (7) )  995 Kcal 40,9g Prot 59,1g Lip				

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6		7	Crema de calabaza Tortilla de patata con zanahoria y calabacín Fruta Pan ( (14), (3), (1) )	8	Macarrones con tomate y orégano Merluza en salsa verde con patata Fruta Pan ( (1), (4), (14) )	9	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Cocido completo Gelatina Pan ( (14), (1) )	10	Arroz de verduras al curry Hamburguesa con salsa de tomate y patatas Bizcocho casero Pan ( (6, 14), (1, 3, 7), (1) )
			846 Kcal 20,2g Prot 32,3g Lip 119,9g		723 Kcal 37,2g Prot 10,6g Lip 121,3g		736 Kcal 27,4g Prot 28,9g Lip 94,9g		929 Kcal 27,3g Prot 27,5g Lip 139,5g
13	Crema de calabacín Carbonero al limón con verduras Gelatina Pan ( (14), (4), (1) )	14	Garbanzos estofados con hortalizas Merluza en salsa verde con patata y calabaza Fruta Pan ( (14), (4), (14), (1) )	15	Patatas estofadas con hortalizas Tortilla francesa con verduras Fruta Pan ( (14), (3), (1) )	16	Coditos con tomate y albahaca Lomo de sajonia con champiñones Fruta Pan ( (1) )	17	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Filete de pollo al ajillo con patatas Bizcocho casero Pan ( (14), (1, 3, 7), (1) )
	589 Kcal 40,4g Prot 8,1g Lip 85,4g Hc		849 Kcal 48,3g Prot 18,1g Lip 132,2g		611 Kcal 13,6g Prot 10,2g Lip 118,8g		1027 Kcal 36,3g Prot 27,1g Lip		663 Kcal 31,1g Prot 21,5g Lip 83,7g
20	Macarrones con tomate y orégano Salmon al horno en salsa con patatas Gelatina Pan ( (1), (4), (14) )	21	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Cocido completo Fruta Pan ( (14), (1) )	22	Crema de zanahoria Hamburguesa de ternera a la jardinera con patata Fruta Pan ( (14), (6, 14), (1) )	23	Judías blancas guisadas con hortalizas Tortilla francesa con verduras Fruta Pan ( (3), (1) )	24	Brócoli con patatas Jamoncitos de pollo al horno con patatas Bizcocho casero Pan ( (14), (1, 3, 7), (1) )
	829 Kcal 43,2g Prot 19,1g Lip 118,5g		778 Kcal 29,1g Prot 29,4g Lip 106,4g		928 Kcal 27,1g Prot 42,1g Lip 111,1g		634 Kcal 24,7g Prot 8g Lip 119,4g Hc		662 Kcal 20,2g Prot 25,4g Lip 83,8g
27	Crema de verduras Tortilla de patata con verduras Gelatina Pan ( (14), (3), (1) )	28	Coditos con tomate y albahaca Merluza a la romana con calabacín Fruta Pan ( (1), (1, 3, 4) )	29	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Filete de pollo al ajillo con patatas Fruta Pan ( (14), (1) )	30	Lentejas estofadas con hortalizas Lacón a la gallega con patatas Gelatina Pan ( (14), (1) )		
	707 Kcal 16,8g Prot 24,2g Lip 103,1g		799 Kcal 32g Prot 21,4g Lip 120,9g		615 Kcal 29,4g Prot 17,6g Lip		817 Kcal 40,2g Prot 19,6g Lip 114g		

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	7	Crema de calabaza eco Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Fruta (3), (14), (1)	8	Macarrones integrales con tomate y orégano Merluza en salsa verde con patatas Fruta Pan integral (1), (1, 4), (14)	9	Sopa de ave con fideos Cocido completo Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur (1), (14), (7)	10	Arroz de verduras al curry Hamburguesa de ternera con salsa de tomate Fruta Pan integral (6, 14), (1)		
		1010 Kcal 21,5g Prot 47,9g Lip		707 Kcal 38,2g Prot 15,2g Lip 104,8g		796 Kcal 31,8g Prot 30,2g Lip 93g Hc		814 Kcal 23,8g Prot 25,2g Lip 125g		
13		Crema de calabacín eco Carbonero al limón con verduras Yogur Pan (4, 14), (7), (1)	14	Garbanzos estofados con hortalizas y arroz integral Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta (14), (1)	15	Patatas estofadas con hortalizas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Fruta (14), (3), (1)	16	Judías verdes rehogadas Coditos con boloñesa vegana, queso y orégano Fruta Pan (14), (1, 6, 7), (1)	17	Sopa de ave con fideos Filete de pollo en salsa con patatas panaderas (caliente) Fruta Pan integral (1)
		830 Kcal 41,9g Prot 31,6g Lip 79g Hc		909 Kcal 54,1g Prot 24,9g Lip 123,5g		770 Kcal 19g Prot 31,3g Lip 106,4g		750 Kcal 29g Prot 10,2g Lip 134,8g		706 Kcal 33,4g Prot 27,9g Lip 81,7g
20		Macarrones integrales con tomate y orégano Salmón al horno con verduritas Yogur Pan (1), (4), (7)	21	Sopa de ave con fideos Cocido completo Ensalada de lechuga y maíz Fruta (1), (14)	22	Crema de zanahoria eco Ragout de ternera guisado con panaderas Fruta Pan integral (14), (1)	23	Alubias blancas estofadas con hortalizas Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta (14), (3), (1)	24	Brócoli con patatas Jamoncitos de pollo al horno con patata Fruta Pan integral (14), (1)
		852 Kcal 48,2g Prot 28,7g Lip 86,6g		799 Kcal 33,7g Prot 22,3g Lip 121,1g		569 Kcal 12,1g Prot 18,2g Lip 88,3g		916 Kcal 31,8g Prot 25,7g Lip 143g		593 Kcal 19g Prot 18,9g Lip 86,4g Hc
27		Crema de verduras eco. Tortilla de patatas Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Fruta (3), (14), (1)	28	Macarrones integrales con tomate y orégano Filete de merluza a la romana Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta (1), (1, 3, 4), (14)	29	Sopa de ave con fideos Pollo asado a las finas hierbas con patatas Fruta Pan integral (1), (14)	30	Salteado de verduras campestre Lentejas estofadas con hortalizas Yogur Pan (14), (7), (1)		
		985 Kcal 22,1g Prot 43,1g Lip 126,2g		866 Kcal 42g Prot 20,8g Lip 126,8g		906 Kcal 57,6g Prot 37,8g Lip		822 Kcal 24,4g Prot 27,5g Lip		

Alérgenos

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6		7	Crema de calabaza Tortilla de patata con zanahoria y calabacín Fruta Pan ( (14), (3), (1) )	8	Macarrones con tomate y orégano Merluza en salsa verde con patata Fruta Pan ( (1), (4), (14) )	9	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Cocido completo Gelatina Pan ( (14), (1) )	10	Arroz de verduras al curry Hamburguesa con salsa de tomate y patatas Fruta Pan ( (6), (14), (1) )
			846 Kcal 20,2g Prot 32,3g Lip 119,9g		723 Kcal 37,2g Prot 10,6g Lip 121,3g		736 Kcal 27,4g Prot 28,9g Lip 94,9g		881 Kcal 25,5g Prot 23,7g Lip 143,1g
13	Crema de calabacín Carbonero al limón con verduras Gelatina Pan ( (14), (4), (1) )	14	Garbanzos estofados con hortalizas Merluza en salsa verde con patata y calabaza Fruta Pan ( (14), (4), (14), (1) )	15	Patatas estofadas con hortalizas Tortilla francesa con verduras Fruta Pan ( (14), (3), (1) )	16	Coditos con tomate y albahaca Lomo de sajonia con champiñones Fruta Pan ( (1) )	17	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Filete de pollo al ajillo con patatas Fruta Pan ( (14), (1) )
	589 Kcal 40,4g Prot 8,1g Lip 85,4g Hc		849 Kcal 48,3g Prot 18,1g Lip 132,2g		611 Kcal 13,6g Prot 10,2g Lip 118,8g		1027 Kcal 36,3g Prot 27,1g Lip		615 Kcal 29,4g Prot 17,6g Lip 87,4g
20	Macarrones con tomate y orégano Salmon al horno en salsa con patatas Gelatina Pan ( (1), (4), (14) )	21	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Cocido completo Fruta Pan ( (14), (1) )	22	Crema de zanahoria Hamburguesa de ternera a la jardinera con patata Fruta Pan ( (14), (6), (14), (1) )	23	Judías blancas guisadas con hortalizas Tortilla francesa con verduras Fruta Pan ( (3), (1) )	24	Brócoli con patatas Jamoncitos de pollo al horno con patatas Fruta Pan ( (14), (1) )
	829 Kcal 43,2g Prot 19,1g Lip 118,5g		778 Kcal 29,1g Prot 29,4g Lip 106,4g		928 Kcal 27,1g Prot 42,1g Lip 111,1g		634 Kcal 24,7g Prot 8g Lip 119,4g Hc		614 Kcal 18,4g Prot 21,5g Lip 87,5g
27	Crema de verduras Tortilla de patata con verduras Gelatina Pan ( (14), (3), (1) )	28	Coditos con tomate y albahaca Merluza a la romana con calabacín Fruta Pan ( (1), (1), (3), (4) )	29	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Filete de pollo al ajillo con patatas Fruta Pan ( (14), (1) )	30	Lentejas estofadas con hortalizas Lacón a la gallega con patatas Gelatina Pan ( (14), (1) )		
	707 Kcal 16,8g Prot 24,2g Lip 103,1g		799 Kcal 32g Prot 21,4g Lip 120,9g		615 Kcal 29,4g Prot 17,6g Lip		817 Kcal 40,2g Prot 19,6g Lip 114g		

Alérgenos

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6		7	Crema de calabaza Tortilla de patata con zanahoria y calabacín Fruta Pan ( (14), (3), (1) )	8	Macarrones con tomate y orégano Jamoncitos de pollo guisados con verduras Fruta Pan ( (1) )	9	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Cocido completo Yogur Pan ( (7, 14), (7), (1) )	10	Arroz de verduras al curry Hamburguesa con salsa de tomate y patatas Bizcocho casero Pan ( (6, 14), (1, 3, 7), (1) )
			846 Kcal 20,2g Prot 32,3g Lip 119,9g		642 Kcal 20,9g Prot 9,1g Lip 120,4g		1019 Kcal 30,2g Prot 53,9g Lip 87,9g		929 Kcal 27,3g Prot 27,5g Lip 139,5g
13	Crema de calabacín Hamburguesa de pollo con salsa de tomate y patatas Yogur Pan ( (14), (1, 6, 14), (7), (1) )	14	Garbanzos estofados con hortalizas Jamoncitos de pollo al horno con patatas Fruta Pan ( (14), (1) )	15	Patatas estofadas a la riojana con chorizo Tortilla francesa con verduras Fruta Pan ( (7, 14), (3), (1) )	16	Coditos con tomate y albahaca Lomo de sajonia con champiñones Fruta Pan ( (1) )	17	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Filete de pollo al ajillo con patatas Bizcocho casero Pan ( (14), (1, 3, 7), (1) )
	808 Kcal 26,6g Prot 27,2g Lip 96,4g		835 Kcal 28,9g Prot 26,4g Lip 128,9g		777 Kcal 17,9g Prot 25,8g Lip 116,6g		1027 Kcal 36,3g Prot 27,1g Lip		663 Kcal 31,1g Prot 21,5g Lip 83,7g
20	Macarrones con tomate y orégano Tortilla de patata con verduras Yogur Pan ( (1), (3), (7) )	21	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Cocido completo Fruta Pan ( (7, 14), (1) )	22	Crema de zanahoria Hamburguesa de ternera a la jardinera con patata Fruta Pan ( (14), (6, 14), (1) )	23	Alubias blancas guisadas con chorizo Tortilla francesa con verduras Fruta Pan ( (7), (3), (1) )	24	Brócoli con patatas Jamoncitos de pollo al horno con patatas Bizcocho casero Pan ( (14), (1, 3, 7), (1) )
	1029 Kcal 21,9g Prot 41,4g Lip		873 Kcal 31,8g Prot 37,4g Lip 106,7g		928 Kcal 27,1g Prot 42,1g Lip 111,1g		670 Kcal 24,4g Prot 14,9g Lip 110,5g		662 Kcal 20,2g Prot 25,4g Lip 83,8g
27	Crema de verduras Tortilla de patata con verduras Fruta Pan ( (14), (3), (1) )	28	Coditos con tomate y albahaca Tortilla francesa con verduras Fruta Pan ( (1), (3) )	29	Sopa de cocido sin gluten sin cerdo Filete de pollo al ajillo con patatas Fruta Pan ( (14), (1) )	30	Lentejas estofadas con hortalizas Lacón a la gallega con patatas Yogur Pan ( (14), (7), (1) )		
	749 Kcal 18,4g Prot 24,7g Lip 114,6g		699 Kcal 17g Prot 17g Lip 120,7g Hc		615 Kcal 29,4g Prot 17,6g Lip		1005 Kcal 40,2g Prot 36,6g Lip		

Alérgenos

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