

| LUNES/MONDAY  | MARTES/TUESDAY   | MIÉRCOLES/WEDNESDAY   | JUEVES/THURSDAY   | VIERNES/FRIDAY  |
|---|--|---|---|---|
|   |  |   | 01<br>Sopa de picadillo <br>Contramuslos de pollo asados con ensalada mixta <br>Manzana y leche <br>Kcal 604 Prot28 Lip32 Hc51   | 02<br>Canelones de carne gratinados <br>Tortilla francesa con ensalada mixta <br>Helado <br>Kcal 745 Prot26 Lip33 Hc86 |
| 05<br>Lentejas de la abuela (zanahoria, cebolla, pimiento, tomate, chorizo)<br>Filete de cerdo empanado con ensalada mixta <br>Plátano y leche <br>Kcal 802 Prot52 Lip34 Hc72   | 06<br>Crema de calabaza, puerro y patata<br>Tortilla española con ensalada completa <br>Manzana y leche <br>Kcal 627 Prot24 Lip31 Hc63   | 07<br>Sopa de estrellas (con jamón y huevo picado) <br>Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas<br>Sandía y leche <br>Kcal 684 Prot26 Lip31 Hc76   | 08<br>Judías verdes con tomate<br>Salchichas frankfurt con puré de patata <br>Melocotón en almibar y leche <br>Kcal 790 Prot37 Lip34 Hc84   | 09<br>Arroz con tomate<br>Cinta de lomo a la plancha ensalada completa <br>Helado <br>Kcal 621 Prot26 Lip29 Hc64  |
| 12<br>Coditos gratinados (tomate y queso rallado) <br>Tortilla francesa con ensalada mixta <br>Manzana y leche <br>Kcal 854 Prot22 Lip34 Hc115 | 13<br>Garbanzos estofados <br>Cinta de sajonia con puré de patata <br>Sandía y leche <br>Kcal 858 Prot49.5 Lip44.7 Hc61.6 | 14<br>Patatas guisadas<br>Filete de pollo con ensalada mixta <br>Melocotón en almibar y leche <br>Kcal 611 Prot28.8 Lip33.8 Hc44.1  | 15<br>Fideuá de verduras (guisantes, pimiento, tomate) <br>Tortilla francesa con ensalada <br>Plátano y leche <br>Kcal 758 Prot33 Lip34 Hc80                                   | 16<br>Crema de verduras (guisantes, patata, calabacín, zanahoria y cebolla)<br>Albóndigas con patatas fritas <br>Helado <br>Kcal 635 Prot38 Lip35 Hc77  |
| 19<br>Arroz blanco<br>Tortilla española con ensalada mixta <br>Plátano y leche <br>Kcal 827 Prot41 Lip39 Hc78   | 20<br>Judías verdes rehogadas<br>Albóndigas con patatas fritas <br>Manzana y leche <br>Kcal 790 Prot37 Lip34 Hc84  | 21<br>Judías blancas estofadas <br>Tortilla de jamón con ensalada mixta <br>Sandía y leche <br>Kcal 682 Prot28 Lip34 Hc66 | 22<br>Macarrones a la carbonara (nata, cebolla y bacon) <br>Filete de pollo a la plancha en salsa de limón con patatas fritas <br>Helado <br>Kcal 853 Prot21 Lip37 Hc109 | 23<br><b><u>VACACIONES</u></b>  |
| 26<br><b><u>VACACIONES</u></b>  | 27<br><b><u>VACACIONES</u></b>   | 28<br><b><u>VACACIONES</u></b>  | 29<br><b><u>VACACIONES</u></b>  | 30<br><b><u>VACACIONES</u></b>  |