



















































































































































































































































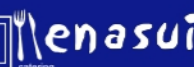
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Patatas a la riojana - Día 1 -  Filete de merluza rebozado casero c/ Lechuga y maíz      Pan y Yogur   Kcal:426 Prot:19,7 Lip:10,4 HC:66,1	Garbanzos estofados con verduras - Día 2 -  Tortilla española c/ Lechuga   Pan y Fruta  Kcal:473 Prot:40,5 Lip:15,2 HC:49,2	Arroz tres delicias - Día 3 -   Filete de pollo con patatas  Pan y Pettit suisse   Kcal:484 Prot:23,9 Lip:14,4 HC:67,8
Lentejas estofadas con verduras - Día 6 -   Croquetas y empanadillas c/ Lechuga         Pan y Fruta  Kcal:519 Prot:19,7 Lip:10,8 HC:74,1	Ensalada de pasta tricolor (pasta, atun, zanahoria, y maíz) - Día 7 -    Filete de merluza en salsa verde     Pan y Fruta  Kcal:369 Prot:19,5 Lip:12,9 HC:47,3	Crema de zanahoria y puerro - Día 8 -  Hamburguesa de burger meat mixta con patatas    Pan y Yogur   Kcal:589 Prot:23,7 Lip:28,2 HC:62,4	Arroz blanco con salsa de tomate - Día 9 - Huevos fritos con patatas   Pan y Fruta  Kcal:418 Prot:10,8 Lip:16,5 HC:52,3	Judías blancas a la riojana - Día 10 -  Ragout de pollo a la jardinera con verduras Pan y Natillas de vainilla   Kcal:629 Prot:35,2 Lip:9,1 HC:83,5
Crema de calabacin - Día 13 -  Cinta de lomo adobada c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta  Kcal:490 Prot:21,6 Lip:29,5 HC:38,2	Arroz con pollo - Día 14 - Filete de merluza rebozado casero c/ Lechuga y zanahoria      Pan y Yogur   Kcal:474 Prot:21,2 Lip:12 HC:73	Lentejas estofadas con chorizo - Día 15 -   Tortilla francesa con jamon york y Lechuga  Pan y Fruta  Kcal:511 Prot:33,7 Lip:15,5 HC:62,4	Macarrones a la napolitana - Día 16 -   Salchichas de pavo con patatas   Pan y Helado    Kcal:427 Prot:18,1 Lip:23 HC:36,7	Sopa de fideos - Día 17 -   Filete de ternera con patatas  Pan y Fruta  Kcal:163 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1
Ensalada de arroz - Día 20 - Bacalao con tomate  Pan y Fruta  Kcal:290 Prot:16,9 Lip:11 HC:34	Crema de verduras - Día 21 -  Pollo asado en su jugo c/ Lechuga y maíz Pan y Fruta  Kcal:353 Prot:20,3 Lip:13,7 HC:40,6	Coditos carbonara - Día 22 -     Tortilla francesa c/ Lechuga  Pan y Yogur   Kcal:531 Prot:20,3 Lip:16,2 HC:78,3	Lentejas estofadas con verduras - Día 23 -   San Jacobo c/ Patatas fritas     Pan y Fruta  Kcal:610 Prot:22,1 Lip:19,5 HC:87,4	Sopa de lluvia - Día 24 -   Albondigas burger meat mixta con patatas parisinas    Pan y Helado     Kcal:363 Prot:15,5 Lip:22,8 HC:16







































































































Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Patatas guisadas con verduras - Día 1 -  Filete de MERLUZA al horno c/ Lechuga y maíz  Pan y Yogur   Kcal:512 Prot:32,8 Lip:17,9 HC:58,7	Garbanzos estofados con verduras - Día 2 -  Tortilla francesa de espinacas c/ Lechuga   Pan y Fruta  Kcal:473 Prot:48,4 Lip:16,5 HC:40,4	Arroz tres delicias - Día 3 -   Filete de pollo con patatas  Pan y Petit suisse   Kcal:484 Prot:23,9 Lip:14,4 HC:67,8
Lentejas estofadas con verduras - Día 6 -   Filete de ternera al horno c/ Lechuga Pan y Fruta  Kcal:473 Prot:36 Lip:12,2 HC:58,2	Macarrones blancos salteados con verduras - Día 7 -   Filete de merluza al horno     Pan y Fruta  Kcal:395 Prot:17,7 Lip:15,2 HC:49,8	Crema de zanahoria - Día 8 -  Hamburguesa de burger meat mixta con lechuga    Pan y Yogur   Kcal:589 Prot:23,7 Lip:28,2 HC:62,4	Arroz blanco con calabacin - Día 9 - Cinta de lomo fresca con champiñones   Pan y Fruta  Kcal:394 Prot:10,6 Lip:18,3 HC:50	Judías blancas estofadas con verduras - Día 10 -  Ragout de pollo a la jardinera de verduras Pan y Natillas de vainilla   Kcal:596 Prot:32,5 Lip:7 HC:85,7
Crema de calabacin - Día 13 -  Cinta de lomo fresca en su jugo con zanahoria Pan y Fruta  Kcal:490 Prot:21,6 Lip:29,5 HC:38,2	Arroz con champiñones - Día 14 - Filete de merluza al horno c/ Lechuga y zanahoria  Pan y Yogur   Kcal:444 Prot:18,1 Lip:13,4 HC:65,8	Lentejas estofadas con verduras - Día 15 -   Tortilla francesa con jamon york c/ Lechuga   Pan y Fruta  Kcal:468 Prot:29,8 Lip:13,1 HC:60,9	Macarrones blancos salteados con verduras - Día 16 -   Salchichas de pavo con patatas   Pan y Helado    Kcal:420 Prot:17,6 Lip:24,4 HC:32,5	Sopa de fideos - Día 17 -   Filete de ternera con patatas  Pan y Fruta  Kcal:163 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1
Arroz con calabacin - Día 20 - Bacalao al horno  Pan y Fruta  Kcal:372 Prot:18,3 Lip:12,4 HC:49,8	Crema de verduras - Día 21 -  Pollo asado en su jugo c/ Lechuga y maíz Pan y Fruta  Kcal:353 Prot:20,3 Lip:13,7 HC:40,6	Coditos blancos salteados con verduritas - Día 22 -    Tortilla francesa c/ Lechuga   Pan y Yogur   Kcal:531 Prot:20,3 Lip:16,2 HC:78,3	Lentejas estofadas con verduras - Día 23 -   Ragout de pavo con patata panadera  Pan y Fruta  Kcal:578 Prot:38,2 Lip:19,8 HC:65,3	Sopa de lluvia - Día 24 -   Hamburguesa de vacuno 100% al horno Pan y Helado    Kcal:283 Prot:17,3 Lip:23 HC:4,1



























































































Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Patatas guisadas con verduras - Día 1 -  Filete de merluza al horno c/ maíz  Pan y Yogur   Kcal:373 Prot:18,3 Lip:9,1 HC:58,2	Garbanzos estofados con verduras - Día 2 -  Ragout de ternera al horno Pan y Fruta  Kcal:655 Prot:49,1 Lip:35,7 HC:41,2	Arroz con verduras - Día 3 - Filete de pollo con patatas  Pan y Yogur   Kcal:490 Prot:23,1 Lip:15,3 HC:69
Lentejas estofadas con verduras - Día 6 -   Filete de ternera al horno con patatas  Pan y Fruta  Kcal:312 Prot:15,2 Lip:4,3 HC:56,6	Macarrones blancos salteados con verduras - Día 7 -   Filete de merluza al horno  Pan y Fruta  Kcal:342 Prot:15,1 Lip:12,8 HC:44,9	Crema de zanahoria - Día 8 -  Hamburguesa de burger meat mixta con patatas    Pan y Yogur   Kcal:589 Prot:23,7 Lip:28,2 HC:62,4	Arroz blanco salteado con calabacín - Día 9 - Cinta de lomo fresca con champiñones   Pan y Fruta  Kcal:395 Prot:10,7 Lip:18,3 HC:49,8	Judías blancas estofadas con verduras - Día 10 -  Ragout de pollo a la jardinera de verduras Pan y Natillas de vainilla   Kcal:596 Prot:32,5 Lip:7 HC:85,7
Crema de calabacín - Día 13 -  Cinta de lomo fresca en su jugo con zanahoria Pan y Fruta  Kcal:392 Prot:23,2 Lip:17,3 HC:39,6	Arroz con champiñones - Día 14 - Filete de merluza al horno c/ zanahoria  Pan y Yogur   Kcal:444 Prot:18,1 Lip:13,4 HC:65,8	Lentejas estofadas con verduras - Día 15 -   Filete de pollo al horno Pan y Fruta  Kcal:462 Prot:39,2 Lip:9,7 HC:58,2	Macarrones blancos salteados con verduras - Día 16 -   Salchichas de pavo con patatas   Pan y Helado    Kcal:420 Prot:17,6 Lip:24,4 HC:32,5	Crema de calabaza - Día 17 -  Filete de ternera con patatas  Pan y Fruta  Kcal:196 Prot:5,6 Lip:3,9 HC:38
Arroz con calabacín - Día 20 - Bacalao al horno  Pan y Fruta  Kcal:371 Prot:18,2 Lip:12,4 HC:50	Crema de champiñones - Día 21 -  Pollo asado en su jugo c/ maíz Pan y Fruta  Kcal:354 Prot:20 Lip:14,4 HC:39,6	Coditos blancos salteados con verduritas - Día 22 -    Filete de ternera al horno c/ Lechuga Pan y Yogur   Kcal:542 Prot:34,3 Lip:17,3 HC:65,3	Lentejas estofadas con verduras - Día 23 -   Cinta de lomo fresca en su jugo c/ Patatas fritas  Pan y Helado    Kcal:485 Prot:29,6 Lip:25,6 HC:33,9	Crema de zanahoria - Día 24 -  Ragout de pavo con patata panadera  Pan y Helado    Kcal:224 Prot:24,1 Lip:7,4 HC:15,7



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Patatas a la riojana - Día 1 -  Filete de merluza rebozado casero c/ Lechuga y maíz      Pan y Yogur   Kcal:426 Prot:19,7 Lip:10,4 HC:66,1	Garbanzos estofados con verduras - Día 2 -  Tortilla española c/ Lechuga   Pan y Fruta  Kcal:473 Prot:40,5 Lip:15,2 HC:49,2	Arroz tres delicias - Día 3 -   Filete de pollo con patatas  Pan y Yogur liquido   Kcal:484 Prot:23,9 Lip:14,4 HC:67,8
Lentejas estofadas con verduras - Día 6 -   Croquetas y empanadillas c/ Lechuga          Pan y Fruta  Kcal:519 Prot:19,7 Lip:10,8 HC:74,1	Ensalada de pasta tricolor (pasta, atun, zanahoria, y maíz) - Día 7 -    Filete de merluza en salsa verde     Pan y Fruta  Kcal:369 Prot:19,5 Lip:12,9 HC:47,3	Crema de zanahoria y puerro - Día 8 -  Hamburguesa de burger meat mixta con patatas    Pan y Yogur   Kcal:589 Prot:23,7 Lip:28,2 HC:62,4	Arroz blanco con salsa de tomate - Día 9 - Huevos fritos con patatas   Pan y Fruta  Kcal:418 Prot:10,8 Lip:16,5 HC:52,3	Judías blancas a la riojana - Día 10 -  Ragout de pollo a la jardinera con verduras Pan y Natillas de vainilla   Kcal:629 Prot:35,2 Lip:9,1 HC:83,5
Crema de calabacin - Día 13 -  Cinta de lomo c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta  Kcal:490 Prot:21,6 Lip:29,5 HC:38,2	Arroz con pollo - Día 14 - Filete de merluza rebozado casero c/ Lechuga y zanahoria      Pan y Yogur   Kcal:474 Prot:21,2 Lip:12 HC:73	Lentejas estofadas con chorizo - Día 15 -   Tortilla francesa con jamon york c/ Lechuga  Pan y Fruta  Kcal:511 Prot:33,7 Lip:15,5 HC:62,4	Macarrones a la napolitana - Día 16 -   Salchichas de pavo con patatas   Pan y Helado    Kcal:427 Prot:18,1 Lip:23 HC:36,7	Sopa de fideos - Día 17 -   Filete de ternera con patatas  Pan y Fruta  Kcal:163 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1
Ensalada de arroz - Día 20 - Bacalao con tomate  Pan y Fruta  Kcal:290 Prot:16,9 Lip:11 HC:34	Crema de verduras - Día 21 -  Pollo asado en su jugo c/ Lechuga y maíz Pan y Fruta  Kcal:353 Prot:20,3 Lip:13,7 HC:40,6	Coditos carbonara - Día 22 -     Tortilla francesa c/ Lechuga  Pan y Yogur   Kcal:531 Prot:20,3 Lip:16,2 HC:78,3	Lentejas estofadas con verduras - Día 23 -   San Jacobo c/ Patatas fritas     Pan y Fruta  Kcal:610 Prot:22,1 Lip:19,5 HC:87,4	Sopa de lluvia - Día 24 -   Albondigas burger meat mixta con patatas    Pan y Helado     Kcal:363 Prot:15,5 Lip:22,8 HC:16





























































GLUTEN	HUEVO	PESCADO	MOLUSCO	SOJA	ALTRAMUCES	LECHE	SÉSAMO	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SULFITOS	CACAHUETES	CRUSTÁCEOS
--------	-------	---------	---------	------	------------	-------	--------	-------------------	------	---------	----------	------------	------------

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Patatas a la riojana - Día 1 -  Filete de merluza al horno c/ Lechuga y maíz     Pan y Yogur   Kcal:426 Prot:19,7 Lip:10,4 HC:66,1	Garbanzos estofados con verduras - Día 2 -  Tortilla española c/ Lechuga   Pan y Fruta  Kcal:473 Prot:40,5 Lip:15,2 HC:49,2	Arroz tres delicias - Día 3 -   Filete de pollo con patatas  Pan y Yogur liquido   Kcal:484 Prot:23,9 Lip:14,4 HC:67,8
Lentejas estofadas con verduras - Día 6 -   Filete de ternera al horno con patatas  Pan y Fruta  Kcal:519 Prot:19,7 Lip:10,8 HC:74,1	Ensalada de pasta tricolor (pasta, atun, zanahoria, y maíz) - Día 7 -     Filete de merluza en salsa verde     Pan y Fruta  Kcal:369 Prot:19,5 Lip:12,9 HC:47,3	Crema de zanahoria y puerro - Día 8 -  Hamburguesa de burger meat mixta con patatas    Pan y Yogur   Kcal:589 Prot:23,7 Lip:28,2 HC:62,4	Arroz blanco con salsa de tomate - Día 9 - Huevos fritos con patatas   Pan y Fruta  Kcal:418 Prot:10,8 Lip:16,5 HC:52,3	Judías blancas a la riojana - Día 10 -  Ragout de pollo a la jardinera con verduras Pan y Natillas de vainilla   Kcal:629 Prot:35,2 Lip:9,1 HC:83,5
Crema de calabacin - Día 13 -  Cinta de lomo c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta  Kcal:490 Prot:21,6 Lip:29,5 HC:38,2	Arroz con pollo - Día 14 - Filete de merluza al horno c/ Lechuga y zanahoria  Pan y Yogur   Kcal:474 Prot:21,2 Lip:12 HC:73	Lentejas estofadas con chorizo - Día 15 -   Tortilla francesa con jamon york c/ Lechuga  Pan y Fruta  Kcal:511 Prot:33,7 Lip:15,5 HC:62,4	Macarrones a la napolitana - Día 16 -   Salchichas de pavo con patatas   Pan y Helado    Kcal:427 Prot:18,1 Lip:23 HC:36,7	Sopa de fideos - Día 17 -   Filete de ternera con patatas  Pan y Fruta  Kcal:163 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1
Arroz con calabacin - Día 20 - Bacalao con tomate  Pan y Fruta  Kcal:455 Prot:19 Lip:14,6 HC:57,3	Crema de verduras - Día 21 -  Pollo asado en su jugo c/ Lechuga y maíz Pan y Fruta  Kcal:353 Prot:20,3 Lip:13,7 HC:40,6	Coditos carbonara - Día 22 -     Tortilla francesa c/ Lechuga  Pan y Yogur   Kcal:531 Prot:20,3 Lip:16,2 HC:78,3	Lentejas estofadas con verduras - Día 23 -   Ragout de pavo con patata panadera     Pan y Fruta  Kcal:610 Prot:22,1 Lip:19,5 HC:87,4	Sopa de lluvia - Día 24 -   Albondigas burger meat mixta con patatas    Pan y Helado     Kcal:363 Prot:15,5 Lip:22,8 HC:16



























GLUTEN	HUEVO	PESCADO	MOLUSCO	SOJA	ALTRAMUCES	LECHE	SÉSAMO	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SULFITOS	CACAHUETES	CRUSTÁCEOS
--------	-------	---------	---------	------	------------	-------	--------	-------------------	------	---------	----------	------------	------------

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Patatas guisadas con verduras - Día 1 -  Filete de merluza al horno c/ Lechuga y maiz  Pan y Yogur   Kcal:373 Prot:18,3 Lip:9,1 HC:58,2	Garbanzos estofados con verduras - Día 2 -  Ragout de ternera al horno c/ Lechuga Pan y Fruta  Kcal:655 Prot:49,1 Lip:35,7 HC:41,2	Arroz con verduras - Día 3 - Filete de pollo con patatas  Pan y Yogur liquido   Kcal:485 Prot:22,2 Lip:15,9 HC:67,3
Lentejas estofadas con verduras - Día 6 -   Filete de ternera al horno c/ Lechuga Pan y Fruta  Kcal:473 Prot:36 Lip:12,2 HC:58,2	Macarrones blancos salteados con verduras - Día 7 -   Filete de merluza al horno  Pan y Fruta  Kcal:353 Prot:15,1 Lip:11,4 HC:50,4	Crema de zanahoria - Día 8 -  Hamburguesa de vacuno 100% al horno con patatas Pan y Yogur   Kcal:548 Prot:25,6 Lip:26,9 HC:57,5	Arroz blanco con calabacin - Día 9 - Huevos fritos con patatas   Pan y Fruta  Kcal:394 Prot:10,6 Lip:18,3 HC:50	Judías blancas estofadas con verduras - Día 10 -  Ragout de pollo a la jardinera con verduras Pan y Natillas de vainilla   Kcal:596 Prot:32,5 Lip:7 HC:85,7
Crema de calabacin - Día 13 -  Pechuga de pavo con pimientos c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta  Kcal:326 Prot:25,5 Lip:8,3 HC:41	Arroz con champiñones - Día 14 - Filete de merluza al horno c/ Lechuga y zanahoria  Pan y Yogur   Kcal:444 Prot:18,1 Lip:13,4 HC:65,8	Lentejas estofadas con verduras - Día 15 -   Filete de pollo al horno c/ Lechuga Pan y Fruta  Kcal:462 Prot:39,2 Lip:9,7 HC:58,2	Macarrones blancos salteados con verduras - Día 16 -   Salchichas de pavo en su jugo con patatas   Pan y Helado    Kcal:420 Prot:17,6 Lip:24,4 HC:32,5	Sopa de verduras - Día 17 - Filete de ternera con patatas  Pan y Fruta  Kcal:178 Prot:5,7 Lip:3,9 HC:34,1
Arroz con calabacin - Día 20 - Bacalao al horno  Pan y Fruta  Kcal:372 Prot:18,3 Lip:12,4 HC:49,8	Crema de verduras - Día 21 -  Pollo asado en su jugo c/ Lechuga y maiz Pan y Fruta  Kcal:353 Prot:20,3 Lip:13,7 HC:40,6	Coditos blancos salteados con verduritas - Día 22 -   Filete de merluza al ajillo c/ Lechuga  Pan y Yogur   Kcal:440 Prot:19,6 Lip:14,1 HC:62,2	Lentejas estofadas con verduras - Día 23 -   Ragout de pavo con patata panadera  Pan y Fruta  Kcal:578 Prot:38,2 Lip:19,8 HC:65,3	Sopa de verduras - Día 24 - Hamburguesa de vacuno 100% al horno Pan y Helado    Kcal:298 Prot:17,8 Lip:23,9 HC:6,1
























































GLUTEN	HUEVO	PESCADO	MOLUSCO	SOJA	ALTRAMUCES	LECHE	SÉSAMO	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SULFITOS	CACAHUETES	CRUSTÁCEOS
--------	-------	---------	---------	------	------------	-------	--------	-------------------	------	---------	----------	------------	------------

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<p>Patatas a la riojana - Día 1 -</p> <p> Filete de merluza al horno c/ Lechuga y maíz</p> <p> Pan sin gluten y Yogur Kcal:487 Prot:19,4 Lip:12,6 HC:70,5</p>	<p>Garbanzos estofados con verduras - Día 2 -</p> <p> Tortilla española c/ Lechuga</p> <p> Pan sin gluten y Fruta Kcal:576 Prot:40,1 Lip:16,6 HC:65,2</p>	<p>Arroz tres delicias - Día 3 -</p> <p> Filete de pollo con patatas</p> <p> Pan sin gluten y Yogur liquido Kcal:587 Prot:23,5 Lip:15,8 HC:83,8</p>
<p>- Día 6 -</p> <p>Judías blancas estofadas con verduras</p> <p> Filete de ternera al horno c/ Lechuga</p> <p>Pan sin gluten y Fruta Kcal:572 Prot:34,5 Lip:12,4 HC:77</p>	<p>- Día 7 -</p> <p>Ensalada de pasta sin gluten (pasta, atun, zanahoria, y maíz)</p> <p> Filete de merluza en salsa verde</p> <p> Pan sin gluten y Fruta Kcal:472 Prot:19,1 Lip:14,2 HC:63,3</p>	<p>- Día 8 -</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p> Hamburguesa de vacuno 100% al horno</p> <p> Pan sin gluten y Yogur Kcal:651 Prot:25,2 Lip:28,3 HC:73,5</p>	<p>- Día 9 -</p> <p>Arroz blanco con salsa de tomate</p> <p>Huevos fritos con patatas</p> <p> Pan sin gluten y Fruta Kcal:521 Prot:10,4 Lip:17,9 HC:68,3</p>	<p>- Día 10 -</p> <p>Judías blancas a la riojana</p> <p> Ragout de pollo a la jardinera con verduras</p> <p> Pan sin gluten y Natillas de vainilla Kcal:732 Prot:34,8 Lip:10,5 HC:99,5</p>
<p>- Día 13 -</p> <p>Crema de calabacin</p> <p> Cinta de lomo c/ Lechuga y tomate</p> <p>Pan sin gluten y Fruta Kcal:593 Prot:21,2 Lip:30,9 HC:54,2</p>	<p>- Día 14 -</p> <p>Arroz con pollo</p> <p>Filete de merluza al horno c/ Lechuga y zanahoria</p> <p> Pan sin gluten y Yogur Kcal:535 Prot:20,9 Lip:14,2 HC:77,4</p>	<p>- Día 15 -</p> <p>Judías blancas estofadas con verduras</p> <p> Tortilla francesa con jamon york c/ Lechuga</p> <p> Pan sin gluten y Fruta Kcal:568 Prot:28,3 Lip:13,3 HC:79,7</p>	<p>- Día 16 -</p> <p>Pasta (sin gluten/huevo)</p> <p>Salchichas de pavo en su jugo con patatas</p> <p> Pan sin gluten y Fruta Kcal:533 Prot:18,2 Lip:22 HC:61,9</p>	<p>- Día 17 -</p> <p>Sopa (pasta sin gluten/huevo)</p> <p>Filete de ternera con patatas</p> <p> Pan sin gluten y Fruta Kcal:260 Prot:4,8 Lip:4,4 HC:48,1</p>
<p>- Día 20 -</p> <p>Ensalada de arroz</p> <p>Bacalao con tomate</p> <p>Pan sin gluten y Fruta Kcal:393 Prot:16,5 Lip:12,4 HC:50</p>	<p>- Día 21 -</p> <p>Crema de verduras</p> <p> Pollo asado en su jugo c/ Lechuga y maíz</p> <p>Pan sin gluten y Fruta Kcal:456 Prot:19,9 Lip:15,1 HC:56,6</p>	<p>- Día 22 -</p> <p>Pasta (sin gluten/huevo)</p> <p>Tortilla francesa c/ Lechuga</p> <p> Pan sin gluten y Yogur Kcal:476 Prot:14,2 Lip:11,2 HC:75,3</p>	<p>- Día 23 -</p> <p>Judías blancas estofadas con verduras</p> <p> Ragout de pavo con patata panadera</p> <p> Pan sin gluten y Fruta Kcal:678 Prot:36,7 Lip:19,9 HC:84,1</p>	<p>- Día 24 -</p> <p>Sopa (pasta sin gluten/huevo)</p> <p>Hamburguesa de vacuno 100% al horno</p> <p>Pan sin gluten y Fruta Kcal:516 Prot:20,8 Lip:26,4 HC:49,1</p>

















































GLUTEN	HUEVO	PESCADO	MOLUSCO	SOJA	ALTRAMUCES	LECHE	SÉSAMO	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SULFITOS	CACAHUETES	CRUSTÁCEOS
--------	-------	---------	---------	------	------------	-------	--------	-------------------	------	---------	----------	------------	------------

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Patatas a la riojana - Día 1 -  Filete de merluza al horno c/ Lechuga y maiz  Pan y Yogur   Kcal:384 Prot:19,8 Lip:11,2 HC:54,5	Garbanzos estofados con verduras - Día 2 -  Ragout de ternera al horno c/ Lechuga Pan y Fruta  Kcal:655 Prot:49,1 Lip:35,7 HC:41,2	Arroz con verduras - Día 3 - Filete de pollo con patatas  Pan y Yogur liquido   Kcal:485 Prot:22,2 Lip:15,9 HC:67,3
Lentejas estofadas con verduras - Día 6 -   Filete de ternera al horno c/ Lechuga Pan y Fruta  Kcal:473 Prot:36 Lip:12,2 HC:58,2	Ensalada de pasta sin huevo (pasta, atun, zanahoria, y maiz) - Día 7 -  Filete de merluza a la jardinera  Pan y Fruta  Kcal:327 Prot:16,9 Lip:9 HC:47,9	Crema de zanahoria - Día 8 -  Hamburguesa de burger meat mixta con patatas    Pan y Yogur   Kcal:589 Prot:23,7 Lip:28,2 HC:62,4	Arroz blanco con salsa de tomate - Día 9 - Cinta de lomo fresca con champiñon Pan y Fruta  Kcal:464 Prot:31 Lip:11,2 HC:55,6	Judías blancas a la riojana - Día 10 -  Ragout de pollo a la jardinera de verduras Pan y Natillas de vainilla   Kcal:629 Prot:35,2 Lip:9,1 HC:83,5
Crema de calabacin - Día 13 -  Cinta de lomo c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta  Kcal:490 Prot:21,6 Lip:29,5 HC:38,2	Arroz con pollo - Día 14 - Filete de merluza al horno c/ Lechuga y zanahoria  Pan y Yogur   Kcal:432 Prot:21,3 Lip:12,8 HC:61,4	Lentejas estofadas con chorizo - Día 15 -   Filete de pollo al horno c/ Lechuga Pan y Fruta  Kcal:505 Prot:43 Lip:12 HC:59,7	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 16 - Salchichas de pavo con patatas   Pan y Fruta  Kcal:430 Prot:18,6 Lip:20,6 HC:45,9	Sopa (pasta sin gluten/huevo) - Día 17 - Filete de ternera con patatas  Pan y Fruta  Kcal:157 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1
Ensalada de arroz sin huevo - Día 20 - Bacalao con tomate  Pan y Fruta  Kcal:455 Prot:19 Lip:14,6 HC:57,3	Crema de verduras - Día 21 -  Pollo asado en su jugo c/ Lechuga y maiz Pan y Fruta  Kcal:353 Prot:20,3 Lip:13,7 HC:40,6	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 22 - Filete de ternera al horno c/ Lechuga  Pan y Yogur   Kcal:313 Prot:16,7 Lip:8,2 HC:46,6	Lentejas estofadas con verduras - Día 23 -   Ragout de pavo con patata panadera  Pan y Fruta  Kcal:578 Prot:38,2 Lip:19,8 HC:65,3	Sopa (pasta sin gluten/huevo) - Día 24 - Albondigas burger meat mixta con patatas    Pan y Fruta  Kcal:493 Prot:19,4 Lip:24,8 HC:45

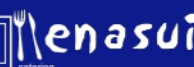









































GLUTEN	HUEVO	PESCADO	MOLUSCO	SOJA	ALTRAMUCES	LECHE	SÉSAMO	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SULFITOS	CACAHUETES	CRUSTÁCEOS
--------	-------	---------	---------	------	------------	-------	--------	-------------------	------	---------	----------	------------	------------

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Patatas a la riojana - Día 1 -  Filete de merluza al horno c/ Lechuga y maiz  Pan y Fruta  Kcal:297 Prot:15,9 Lip:10,2 HC:38,8	Garbanzos estofados con verduras - Día 2 -  Tortilla española c/ Lechuga  Pan y Fruta  Kcal:473 Prot:40,5 Lip:15,2 HC:49,2	Arroz tres delicias - Día 3 -  Filete de pollo con patatas  Pan y Fruta  Kcal:402 Prot:20,9 Lip:12,8 HC:53,8
Lentejas estofadas con verduras - Día 6 -  Filete de ternera al horno c/ Lechuga Pan y Fruta  Kcal:473 Prot:36 Lip:12,2 HC:58,2	Ensalada de pasta tricolor (pasta, atun, zanahoria, y maiz) - Día 7 -  Filete de merluza en salsa verde  Pan y Fruta  Kcal:369 Prot:19,5 Lip:12,9 HC:47,3	Crema de zanahoria - Día 8 -  Hamburguesa de burger meat mixta con patatas  Pan y Fruta  Kcal:502 Prot:19,8 Lip:27,2 HC:46,7	Arroz blanco con salsa de tomate - Día 9 - Huevos fritos con patatas  Pan y Fruta  Kcal:418 Prot:10,8 Lip:16,5 HC:52,3	Judías blancas a la riojana - Día 10 -  Ragout de pollo a la jardinera con verduras Pan y Fruta  Kcal:505 Prot:32,1 Lip:5,1 HC:64,5
Crema de calabacin - Día 13 -  Cinta de lomo c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta  Kcal:490 Prot:21,6 Lip:29,5 HC:38,2	Arroz con pollo - Día 14 - Filete de merluza al horno c/ Lechuga y zanahoria  Pan y Fruta  Kcal:345 Prot:17,4 Lip:11,8 HC:45,7	Lentejas estofadas con chorizo - Día 15 -  Tortilla francesa con jamon york c/ Lechuga  Pan y Fruta  Kcal:511 Prot:33,7 Lip:15,5 HC:62,4	Macarrones a la napolitana - Día 16 -  Salchichas de pavo con patatas  Pan y Fruta  Kcal:563 Prot:22 Lip:25 HC:65,7	Sopa de fideos - Día 17 -  Filete de ternera con patatas  Pan y Fruta  Kcal:163 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1
Arroz con calabacin - Día 20 - Bacalao con tomate  Pan y Fruta  Kcal:455 Prot:19 Lip:14,6 HC:57,3	Crema de verduras - Día 21 -  Pollo asado en su jugo c/ Lechuga y maiz Pan y Fruta  Kcal:353 Prot:20,3 Lip:13,7 HC:40,6	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 22 - Tortilla francesa c/ Lechuga  Pan y Fruta  Kcal:286 Prot:10,7 Lip:8,8 HC:43,6	Lentejas estofadas con verduras - Día 23 -  Ragout de pavo con patata panadera  Pan y Fruta  Kcal:578 Prot:38,2 Lip:19,8 HC:65,3	Sopa de lluvia - Día 24 -  Albondigas burger meat mixta con patatas  Pan y Fruta  Kcal:499 Prot:19,4 Lip:24,8 HC:45



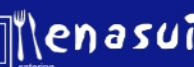
GLUTEN	HUEVO	PESCADO	MOLUSCO	SOJA	ALTRAMUCES	LECHE	SÉSAMO	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SULFITOS	CACAHUETES	CRUSTÁCEOS
--------	-------	---------	---------	------	------------	-------	--------	-------------------	------	---------	----------	------------	------------














































Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Patatas a la riojana - Día 1 -  Filete de merluza al horno c/ Lechuga y maiz  Pan y Fruta  Kcal:297 Prot:15,9 Lip:10,2 HC:38,8	Garbanzos estofados con verduras - Día 2 -  Ragout de ternera al horno c/ Lechuga Pan y Fruta  Kcal:655 Prot:49,1 Lip:35,7 HC:41,2	Arroz con verduras - Día 3 - Filete de pollo con patatas  Pan y Fruta  Kcal:403 Prot:19,2 Lip:14,3 HC:53,3
Lentejas estofadas con verduras - Día 6 -  Filete de ternera al horno c/ Lechuga Pan y Fruta  Kcal:473 Prot:36 Lip:12,2 HC:58,2	Ensalada de pasta sin huevo (pasta, atun, zanahoria, y maiz) - Día 7 -  Filete de merluza a la jardinera  Pan y Fruta  Kcal:327 Prot:16,9 Lip:9 HC:47,9	Crema de zanahoria - Día 8 -  Hamburguesa de burger meat mixta con patatas  Pan y Fruta  Kcal:502 Prot:19,8 Lip:27,2 HC:46,7	Arroz blanco con salsa de tomate - Día 9 - Cinta de lomo fresca con champiñon Pan y Fruta  Kcal:464 Prot:31 Lip:11,2 HC:55,6	Judías blancas a la riojana - Día 10 -  Ragout de pollo a la jardinera con verduras Pan y Fruta  Kcal:505 Prot:32,1 Lip:5,1 HC:64,5
Crema de calabacin - Día 13 -  Cinta de lomo c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta  Kcal:490 Prot:21,6 Lip:29,5 HC:38,2	Arroz con pollo - Día 14 - Filete de merluza al horno c/ Lechuga y zanahoria  Pan y Fruta  Kcal:345 Prot:17,4 Lip:11,8 HC:45,7	Lentejas estofadas con chorizo - Día 15 -  Filete de pollo al horno c/ Lechuga Pan y Fruta  Kcal:505 Prot:43 Lip:12 HC:59,7	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 16 - Salchichas de pavo en su jugo con patatas dado  Pan y Fruta  Kcal:430 Prot:18,6 Lip:20,6 HC:45,9	Sopa (pasta sin gluten/huevo) - Día 17 - Filete de ternera con patatas  Pan y Fruta  Kcal:157 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1
Arroz con calabacin - Día 20 - Bacalao con tomate  Pan y Fruta  Kcal:455 Prot:19 Lip:14,6 HC:57,3	Crema de verduras - Día 21 -  Pollo asado en su jugo c/ Lechuga y maiz Pan y Fruta  Kcal:353 Prot:20,3 Lip:13,7 HC:40,6	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 22 - Filete de merluza al ajillo c/ Lechuga  Pan y Fruta  Kcal:226 Prot:12,8 Lip:7,2 HC:30,9	Lentejas estofadas con verduras - Día 23 -  Ragout de pavo con patata panadera  Pan y Fruta  Kcal:578 Prot:38,2 Lip:19,8 HC:65,3	Sopa (pasta sin gluten/huevo) - Día 24 - Albondigas burger meat mixta con patatas  Pan y Fruta  Kcal:493 Prot:19,4 Lip:24,8 HC:45



GLUTEN	HUEVO	PESCADO	MOLUSCO	SOJA	ALTRAMUCES	LECHE	SÉSAMO	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SULFITOS	CACAHUETES	CRUSTÁCEOS
--------	-------	---------	---------	------	------------	-------	--------	-------------------	------	---------	----------	------------	------------



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Patatas guisadas con verduras - Día 1 -  Crema de calabacin  Pan y Fruta  Kcal:266 Prot:7,7 Lip:5 HC:51,4	Garbanzos estofados con verduras - Día 2 -  Guisantes rehogados con cebolla Pan y Fruta  Kcal:413 Prot:40,5 Lip:9,1 HC:49	Arroz con verduras - Día 3 - Crema de puerro  Pan y Fruta  Kcal:313 Prot:7,8 Lip:6,9 HC:58,8
Lentejas estofadas con verduras - Día 6 -   Brocoli con ajito y pimenton Pan y Fruta  Kcal:379 Prot:18,5 Lip:8,4 HC:60,7	Espinacas rehogadas con ajito y pimenton - Día 7 - Garbanzos con espinacas  Pan y Fruta  Kcal:378 Prot:16,6 Lip:9,6 HC:59,7	Crema de zanahoria - Día 8 -  Hamburguesa vegetal con patata cuadro   Pan y Fruta  Kcal:544 Prot:22,9 Lip:29,8 HC:49,8	Arroz blanco con salsa de tomate - Día 9 - Coliflor rehogada con pimentón y patata Pan y Fruta  Kcal:363 Prot:8,2 Lip:9,5 HC:56,8	Judías blancas estofadas con verduras - Día 10 -  Guisantes rehogados con zanahoria Pan y Fruta  Kcal:383 Prot:19 Lip:4,8 HC:69
Crema de calabacin - Día 13 -  Garbanzos estofados con verduras  Pan y Fruta  Kcal:373 Prot:37 Lip:7,1 HC:47,4	Arroz con champiñones - Día 14 - Acelgas rehogadas con cebolla y patata Pan y Fruta  Kcal:327 Prot:7,3 Lip:11 HC:53	Lentejas estofadas con verduras - Día 15 -   Crema de calabaza  Pan y Fruta  Kcal:382 Prot:17,5 Lip:6,4 HC:67,2	Acelgas salteadas - Día 16 - Hamburguesa vegetal con patata cuadro   Pan y Fruta  Kcal:540 Prot:23,1 Lip:32,3 HC:42,7	Sopa de verduras - Día 17 - Judías verdes rehogadas con cebolla Pan y Fruta  Kcal:263 Prot:10 Lip:7,3 HC:43,5
Arroz blanco con calabacin - Día 20 - Coliflor rehogada con cebolla Pan y Fruta  Kcal:339 Prot:8,1 Lip:11,3 HC:54,5	Crema de verduras - Día 21 -  Garbanzos con espinacas  Pan y Fruta  Kcal:379 Prot:15,7 Lip:7 HC:66,8	Acelgas salteadas - Día 22 - Guisantes rehogados con zanahoria Pan y Fruta  Kcal:287 Prot:11,4 Lip:8,4 HC:44,9	Lentejas estofadas con verduras - Día 23 -   Crema de puerro  Pan y Fruta  Kcal:491 Prot:17,9 Lip:16,2 HC:71,8	Sopa de verduras - Día 24 - Hamburguesa vegetal con patata cuadro   Pan y Fruta  Kcal:516 Prot:22,9 Lip:29,8 HC:43,2



GLUTEN	HUEVO	PESCADO	MOLUSCO	SOJA	ALTRAMUCES	LECHE	SÉSAMO	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SULFITOS	CACAHUETES	CRUSTÁCEOS
--------	-------	---------	---------	------	------------	-------	--------	-------------------	------	---------	----------	------------	------------

