



Menú elaborado por: MABEL OTERO | Seguridad alimentaria a cargo de: LOGIC ALIMENTARIA | MENÚ ETIQUETADO SEGÚN NORMATIVA UE 1169/2011

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 DÍA NO LECTIVO	4 Macarrones con tomate G, H Filete de merluza con lechuga, escarola, rúcula y queso G, P, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	5 Crema de calabaza y zanahoria Su Albóndigas con verduras y patatas Yogur L LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	6 Arroz con tomate Tortilla francesa de atún con lechuga, escarola, brotes y maíz G, P, Sv Manzana LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	Guisantes con jamón Filete de pollo con lechuga, hoja de roble, rúcula y atún L, Su Pera y leche L LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
10 Arroz tres delicias (jamón, tortilla y maíz) H, L Lomitos de bacalao con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G, P, Sv Pera LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	11 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo...) Tortilla de calabacín con lechuga, canónigos, espinacas y aceitunas H, Sv Kiwi LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	12 Sopa de verduras y pollo con puntitos G, H Albóndigas con verduras y arroz Su, G Yogur L LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	13 Macarrones a la carbonara G, H, L Boquerones con lechuga, escarola, brotes y maíz G, P, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	14 Patatas con calamares P, M, C, Su Hambruguesas con tomate, lechuga, espinacas, hoja de roble y zanahoria Su Manzana y leche L LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
17 Judías verdes con tomate Salchicas frescas con patatas Su, L Plátano LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	18 Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704	19 Arroz con pollo y verduras (zanahoria, calabacín, alcachofas...) Lomos de atún con lechuga, hoja de roble, rúcula, tomate y aceitunas G, P, Sv Yogur L LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	20 Crema de verduras (calabacín, acelgas, puerro, zanahoria...) Su Huevos fritos con lechuga, canónigos, tomate y queso H, L, Su Mandarina LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	21 Espirales con chorizo G, H, L Filetes de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G, P, Sv Pera y leche L LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
24 Macarrones con atún, tomate y aceitunas G, H, P Filete de lomo con lechuga, escarola, canónigos, maíz y atún G, P, Sv Piña LI 25g PR 26g HC 91 KCAL 693	25 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo, verde...) Filete de gallitos con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso G, P, L, Sv Mandarina LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	26 Arroz con tomate Pollo en salsa con verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) y patatas Su Yogur L LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	27 Crema de calabacín Su San Jacobos con lechuga, rúcula, canónigos y tomate G, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	28 Judías blancas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) Filete de palometa con lechuga, hoja de robles, escarola y tomate H, G, L, Sv Manzana y leche L LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 DÍA NO LECTIVO	4 Macarrones de maíz con tomate Filete de merluza con lechuga, escarola, rúcula y queso G, P, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	5 Crema de calabaza y zanahoria Su Albóndigas con verduras y patatas Yogur L LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	6 Arroz con tomate Filete de ternera con lechuga, escarola, brotes y maíz Sv Manzana LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	7 Guisantes con jamón Filete de pollo con lechuga, hoja de roble, rúcula y atún L, P, Su Manzana y leche L LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
10 Arroz tres delicias (jamón y maíz) L Lomitos de bacalao con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G, P, Sv Pera LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	11 Lentejas con verduras (zanahoria, pimienta rojo...) Filete de pollo con lechuga, canónigos, espinacas y aceitunas Sv Kiwi LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	12 Sopa de verduras y pollo con fideos de arroz Albóndigas con verduras y arroz Su, G Yogur L LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	13 Macarrones de maíz a la carbonara L Boquerones con lechuga, escarola, brotes y maíz G, P, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	14 Patatas con calamares P, M, C, Su Hamburguesas con tomate, lechuga, espinacas, hoja de roble y zanahoria Su Pera y leche L LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
17 Judías verdes con tomate Salchicas frescas con patatas Su, L Plátano LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	18 Sopa de cocido con fideos de arroz Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704	19 Arroz con pollo y verduras (zanahoria, calabacín, alcachofas...) Lomos de atún con lechuga, hoja de roble, rucula, tomate y aceitunas G, P, Sv Yogur L LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	20 Crema de verduras (calabacín, acelgas, puerro, zanahoria...) Su Magro con tomate con lechuga, canónigos, tomate y queso L, Su Mandarina LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	21 Macarrones de maíz con chorizo L Filetes de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G, P, Sv Mandarina y leche L LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
24 Macarrones de maíz con atún, tomate y aceitunas P Filete de lomo con lechuga, escarola, canónigos, maíz y atún G, P, Sv Piña LI 25g PR 26g HC 91 KCAL 693	25 Lentejas con verduras (zanahoria, pimienta rojo, verde...) Filete de gallitos con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso G, P, L, Sv Mandarina LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	26 Arroz con tomate Pollo en salsa con verduras (calabacín, zanahoria, pimienta rojo...) y patatas Su Yogur L LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	27 Crema de calabacín Su San Jacobos con lechuga, rúcula, canónigos y tomate G, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	28 Judías blancas con chorizo Filete de palometa con lechuga, hoja de robles, escarola y tomate H, G, L, Sv Manzana y leche L LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 DÍA NO LECTIVO	4 Macarrones con tomate G, H Filete de ternera con lechuga, escarola, rúcula y queso L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	5 Crema de calabaza y zanahoria Su Albóndigas con verduras y patatas Yogur L LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	6 Arroz con tomate Tortilla francesa con lechuga, escarola, brotes y maíz G, Sv Manzana LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	Guisantes con jamón Filete de pollo con lechuga, hoja de roble, rúcula y tomate G, Su Pera y leche L LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
10 Arroz tres delicias (jamón, tortilla y maíz) H, L Filete de pollo con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G, Sv Pera LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	11 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo...) Tortilla de calabacín con lechuga, canónigos, espinacas y aceitunas H, Sv Kiwi LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	12 Sopa de verduras y pollo con puntitos G, H Albóndigas con verduras y arroz blanco Su, G Yogur L LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	13 Macarrones a la carbonara G, H, L Lomo de cerdo con lechuga, escarola, brotes y maíz Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	14 Patatas con carne y verduras Su Hamburguesas con tomate, lechuga, espinacas, hoja de roble y zanahoria Su Pera y leche L LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
17 Judías verdes con tomate Salchicas frescas con patatas Su, L Plátano LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	18 Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704	19 Arroz con pollo y verduras (zanahoria, calabacín, alcachofas...) Carne con tomate con lechuga, hoja de roble, rúcula, tomate y aceitunas Sv Yogur L LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	20 Crema de verduras (calabacín, acelgas, puerro, zanahoria...) Su Huevos fritos con lechuga, canónigos, tomate y queso H, L, Su Mandarina LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	21 Espirales con chorizo G, H, L Filetes de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G, P, Sv Mandarina y leche L LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
24 Macarrones con tomate G, H Filete de lomo con lechuga, escarola, canónigos y maíz G, Sv Piña LI 25g PR 26g HC 91 KCAL 693	25 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo, verde...) Filete de ternera con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso L, Sv Mandarina LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	26 Arroz con tomate Pollo en salsa con verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) y patatas Su Yogur L LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	27 Crema de calabacín Su San Jacobos con lechuga, rúcula, canónigos y tomate G, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	28 Judías blancas con verduras Filete de contra con lechuga, hoja de robles, escarola y tomate L, Sv Manzana y leche L LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 DÍA NO LECTIVO	4 Macarrones con tomate G, H Filete de merluza con lechuga, escarola, rucúla y tomate G, P, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	5 Crema de calabaza y zanahoria Su Albóndigas con verduras y patatas Yogur de soja LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	6 Arroz con tomate Tortilla francesa de atún con lechuga, escarola, brotes y maíz G, P, Sv Manzana LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	Guisantes con jamón Filete de pollo con lechuga, hoja de roble, rúcula y atún L, Su Pera y leche de soja con chocolate LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
10 Arroz tres delicias (jamón, tortilla y maíz) H, L Lomitos de bacalao con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G, P, Sv Pera LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	11 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo...) Tortilla de calabacín con lechuga, canónigos, espinacas y aceitunas H, Sv Kiwi LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	12 Sopa de verduras y pollo con puntitos G, H Albóndigas con verduras y arroz Su, G Yogur de soja LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	13 Macarrones con tomate G, H Boquerones con lechuga, escarola, brotes y maíz G, P, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	14 Patatas con calamares P, M, C, Su Hambruguesas con tomate, lechuga, espinacas, hoja de roble y zanahoria Su Manzana y leche de soja con chocolate LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
17 Judías verdes con tomate Salchicas frescas con patatas Su, L Plátano LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	18 Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704	19 Arroz con pollo y verduras (zanahoria, calabacín, alcachofas...) Lomos de atún con lechuga, hoja de roble, rucula, tomate y aceitunas G, P, Sv Yogur de soja LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	20 Crema de verduras (calabacín, acelgas, puerro, zanahoria...) Su Huevos fritos con lechuga, canónigos, tomate H, Su Mandarina LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	21 Espirales con tomate G, H Filetes de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G, P, Sv Pera y leche de soja con chocolate LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
24 Macarrones con atún, tomate y aceitunas G, H, P Filete de lomo con lechuga, escarola, canónigos, maíz y atún G, P, Sv Piña LI 25g PR 26g HC 91 KCAL 693	25 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo, verde...) Filete de gallitos con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso G, P, L, Sv Mandarina LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	26 Arroz con tomate Pollo en salsa con verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) y patatas Su Yogur de soja LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	27 Crema de calabacín Su San Jacobos con lechuga, rúcula, canónigos y tomate G, L, Sv Mandarina LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	28 Judías blancas con verduras Filete de palometa con lechuga, hoja de robles, escarola y tomate H, G, L, Sv Manzana y leche de soja con chocolate LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



Menú elaborado por: MABEL OTERO | Seguridad alimentaria a cargo de: LOGIC ALIMENTARIA | MENÚ ETIQUETADO SEGÚN NORMATIVA UE 1169/2011

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 DÍA NO LECTIVO	4 Macarrones con tomate G, H / Puré de verduras con merluza para babys Filete de merluza con lechuga, escarola, rucúla y queso G, P, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	5 Crema de calabaza y zanahoria Su Albóndigas con verduras y patatas Yogur L LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	6 Arroz con tomate / Puré de verduras con ternera para babys Tortilla francesa con lechuga, escarola, brotes y maíz G, Sv Manzana LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	Guisantes con jamón/Puré de verduras con pollo para babys Filete de pollo con lechuga, hoja de roble, rúcula y tomate Su, G Pera y yogur L LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
10 Arroz tres delicias (jamón, tortilla y maíz) H, L / Puré de verdurascon merluza para babys Lomitos de bacalao con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G, P, Sv Pera LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	11 Brócoli con jamón / Puré de verduras con ternera para babys Tortilla de calabacín con lechuga, canónigos, espinacas y aceitunas H, Sv Mandarina LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	12 Sopa de verduras y pollo con puntitos G, H / Puré de verduras con ternera para babys Albóndigas con verduras y arroz Su, G Yogur L LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	13 Macarrones con tomate G, H / Puré de verduras con lenguado para babys Lenguado con lechuga, escarola, brotes y tomate G, P, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	14 Patatas con pescado P, M, C, Su / Puré de verduras con pavo para babys Hambruguesas con tomate, lechuga, espinacas, hoja de roble y zanahoria Su Manzana y yogur L LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
17 Judías verdes con tomate / Puré de verduras con ternera para babys Salchicas frescas con patatas Su, L Plátano LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	18 Sopa de cocido G, H / Puré de verduras con pollo para babys Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704	19 Arroz con pollo y verduras (zanahoria, calabacín, alcachofas...) / Puré de verduras con Filete de lenguado con lechuga, hoja de roble, rucula, tomate y aceitunas G, P, Sv Yogur L LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	20 Crema de verduras (calabacín, acelgas, puerro, zanahoria...) Su Tortilla francesa con lechuga, canónigos, tomate y queso H, L, Su Manzana LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	21 Espirales con tomate G, H / Puré de verduras con merluza para babys Filetes de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G, P, Sv Mandarina y yogur L LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
24 Macarrones con tomate G, H / Puré de verduras con magro de cerdo para babys Filete de lomo con lechuga, escarola, canónigos, maíz y tomate G, Sv Pera LI 25g PR 26g HC 91 KCAL 693	25 Lentejas con verduras (zanahoria, pimienta rojo, verde...) / Puré de lentejas para babys Filete de gallitos con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso G, P, L, Sv Mandarina LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	26 Arroz con tomate / Puré de verduras con pollo para babys Pollo en salsa con verduras (calabacín, zanahoria, pimienta rojo...) y patatas Su Yogur L LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	27 Crema de calabacín Su San Jacobos con lechuga, rúcula, canónigos y tomate G, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	28 Judías blancas con verduras / Puré de verduras con lenguado para babys Filete de palometa con lechuga, hoja de robles, escarola y tomate H, G, L, Sv Manzana y yogur L LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	
DÍA NO LECTIVO	Macarrones con tomate G, H Filete de merluza con lechuga, escarola, rúcula y queso G, P, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	Crema de calabaza y zanahoria Su Albóndigas con verduras y patatas Yogur L LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	Arroz con tomate Tortilla francesa de atún con lechuga, escarola, brotes y maíz G, P, Sv Manzana LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	Crema de calabacín Filete de pollo con lechuga, hoja de roble, rúcula y atún L, Su Pera y yogur L LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
10	11	12	13	14
Arroz tres delicias (jamón, tortilla y maíz) H, L Lomitos de bacalao con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G, P, Sv Pera LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	Crema de verduras Tortilla de calabacín con lechuga, canónigos, espinacas y aceitunas H, Sv Pera LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	Sopa de verduras y pollo con puntitos G, H Albóndigas con verduras y arroz Su, G Yogur L LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	Macarrones con tomate G, H Merluza con lechuga, escarola, brotes y maíz G, P, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	Patatas con calamares P, M, C, Su Hamburguesas con tomate, lechuga, espinacas, hoja de roble y zanahoria Su Manzana y yogur L LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
17	18	19	20	21
Crema de calabaza Salchicas frescas con patatas Su, L Plátano LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	Sopa de cocido G, H Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704	Arroz con pollo y verduras (zanahoria, calabacín, alcachofas...) Merluza con lechuga, hoja de roble, rúcula, tomate y aceitunas G, P, Sv Yogur L LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	Crema de verduras (calabacín, acelgas, puerro, zanahoria...) Su Tortilla francesa con lechuga, canónigos, tomate y queso H, L, Su Mandarina LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	Espirales con chorizo G, H, L Filetes de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate G, P, Sv Mandarina y yogur L LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
24	25	26	27	28
Macarrones con tomate G, H Filete de lomo con lechuga, escarola, canónigos, maíz y atún G, P, Sv Piña LI 25g PR 26g HC 91 KCAL 693	Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo, verde...) Filete de gallitos con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso G, P, L, Sv Mandarina LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	Arroz con tomate Pollo en salsa con verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) y patatas Su Yogur L LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	Crema de calabacín Su San Jacobos con lechuga, rúcula, canónigos y tomate G, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	Judías blancas con chorizo Filete de palometa con lechuga, hoja de robles, escarola y tomate H, G, L, Sv Manzana y yogur L LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 DÍA NO LECTIVO	4 Macarrones de maíz con tomate Filete de merluza con lechuga, escarola, rucúla y queso P, L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 95 KCAL 683	5 Crema de calabaza y zanahoria Su Albóndigas con verduras y patatas Su Yogur L LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	6 Arroz con tomate Tortilla francesa de atún con lechuga, escarola, brotes y maíz P, H, Sv Manzana LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	Guisantes con jamón Filete de pollo con lechuga, hoja de roble, rúcula y atún P, Su Pera y leche L LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
10 Arroz tres delicias (jamón, tortilla y maíz) H, L Lomitos de bacalao con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P, Sv Pera LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	11 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo...) Tortilla de calabacín con lechuga, canónigos, espinacas y aceitunas H, Sv Plátano LI 23g PR 22g HC 93 KCAL 667	12 Sopa de verduras y pollo con fideos de arroz Albóndigas con verduras y arroz blanco Su Yogur L LI 24g PR 22g HC 93 KCAL 676	13 Macarrones de maíz con tomate Boquerones con lechuga, escarola, brotes y maíz P, Sv Plátano LI 22g PR 23g HC 96 KCAL 674	14 Patatas con calamares P, M, C, Su Hambruguesas con tomate, lechuga, espinacas, hoja de roble y zanahoria Su Manzana y leche L LI 21g PR 24g HC 97 KCAL 673
17 Judías verdes con tomate Salchicas frescas con patatas Su, L Plátano LI 22g PR 22g HC 96 KCAL 670	18 Sopa de cocido con fideos de arroz Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) Manzana LI 24g PR 25g HC 97 KCAL 704	19 Arroz con pollo y verduras (zanahoria, calabacín, alcachofas...) Lomos de atún con lechuga, hoja de roble, rucula, tomate y aceitunas P, Sv Yogur L LI 24g PR 23g HC 94 KCAL 684	20 Crema de verduras (calabacín, acelgas, puerro, zanahoria...) Su Huevos fritos con lechuga, canónigos, tomate y queso H, L, Su Mandarina LI 23g PR 24g HC 96 KCAL 687	21 Macarrones de maíz con chorizo L Filete de merluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y tomate P, Sv Pera y leche L LI 23g PR 24g HC 97 KCAL 691
24 Macarrones de maíz con atún, tomate y aceitunas P Filete de lomo con lechuga, escarola, canónigos, maíz y atún P, Sv Piña LI 25g PR 26g HC 91 KCAL 693	25 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento rojo, verde...) Filete de gallitos con lechuga, brotes tiernos, espinacas y queso P, L, Sv Mandarina LI 24g PR 25g HC 95 KCAL 696	26 Arroz con tomate Pollo en salsa con verduras (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) y patatas Su Yogur L LI 26g PR 27g HC 80 KCAL 685	27 Crema de calabacín Su San Jacobos con lechuga, rúcula, canónigos y tomate L, Sv Plátano LI 23g PR 24g HC 94 KCAL 679	28 Judías blancas con chorizo Filete de palometa con lechuga, hoja de robles, escarola y tomate L, Sv Manzana y leche L LI 21g PR 23g HC 96 KCAL 665

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO