



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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>7</b> Macarrones con tomate <b>G, H</b>  Albóndigas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) con boniato <b>G</b>  Mandarina LI 25g   PR 26g   HC 91   KCAL 693	<b>8</b> Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) <b>H, L</b>  Filete de merluza a la andaluza con lechuga, brotes tiernos, tomate y queso <b>G, L, Sv</b>  Yogur <b>L</b> LI 26g   PR 23g   HC 79   KCAL 642	<b>9</b> Brócoli rehogado  Filete de pollo empanado con patatas <b>G, Sv</b>  Plátano LI 23g   PR 24g   HC 94   KCAL 679	Patatas guisadas con verduras y costillas (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) <b>Su</b>  Tortilla francesa con atún con lechuga, rúcula, brotes tiernos y maíz <b>H, P, Sv</b>  Pera LI 23g   PR 24g   HC 97   KCAL 691
<b>13</b> Codos a la boloñesa <b>G, H</b>  Filete de merluza a la andaluza con lechuga, rúcula, hoja de roble y queso <b>G, P, L, Sv</b>  Plátano LI 22g   PR 23g   HC 93   KCAL 662	<b>14</b> Crema de verduras (acelgas, calabacín, zanahoria, puerro...) <b>Su</b> Filete de merluza a la andaluza con lechuga, rúcula, hoja de roble y queso <b>G, P, L, Sv</b> Huevos escalfados con pisto (berengena, calabacín, pimiento verde, tomate) <b>H, Sv</b>  Pera LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>15</b> Guisantes con jamón  Hamburguesa de ternera a la plancha con tomate, lechuga, escarola, brotes tiernos y zanahoria <b>Sv</b>  Yogur <b>L</b> LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676	<b>16</b> Arroz con pollo y verduras (calabacín, calabaza, zanahoria, alcachofas...)  Filete de salmón al horno con salsa de queso con lechuga, hoja de roble, espinacas y maíz <b>G, L, P, Su</b>  Manzana LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b> Sopa de cocido <b>G, H</b>  Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) <b>L</b>  Mandarina LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704
<b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b> Arroz con tomate  Hamburguesas vegetarianas (brócoli, maíz, zanahoria y puerro) con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>Sv</b>  Pera LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665	<b>21</b> Lentejas con chorizo <b>L</b>  Filete de lenguado al limón con lechuga, escarola, rúcula y zanahoria <b>G, P, Sv</b>  Mandarina LI 22g   PR 31g   HC 84   KCAL 676	<b>22</b> Judías verdes rehogadas  Albóndigas estofadas con verduras (zanahoria, calabacín, guisantes...) y puré de patata <b>G, L, Su</b>  Yogur <b>L</b> LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>23</b> Crema de calabacín <b>Su</b>  Tortilla de patata con lechuga, escarola, canónigos y atún <b>H, P, Sv</b>  Manzana LI 23g   PR 24g   HC 96   KCAL 687	<b>24</b> Espirales con bacón <b>G, H, L</b>  Lomo de atún guisado con tomate casero, lechuga, rúcula, brotes tiernos y queso <b>P, G, Sv, L</b>  Plátano LI 21g   PR 24g   HC 97   KCAL 673
<b>27</b> Macarrones con tomate <b>G, H</b>  Filete de merluza a la andaluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y maíz <b>G, P, Sv</b>  Manzana LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676	<b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b> Sopa de cocido <b>G, H</b>  Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) <b>L</b>  Melocotón en almíbar LI 22g   PR 22g   HC 96   KCAL 670	<b>29</b> Judías blancas con verduras (puerro, pimiento rojo, verde...)  Boquerones al horno con lechuga, canónigos, escarola y aceitunas <b>G, P, Sv</b>  Yogur <b>L</b> LI 26g   PR 27g   HC 80   KCAL 685	<b>30</b> Paella de pescado y marisco <b>P, M, C</b>  Tortilla francesa con jamón, lechuga, hoja de roble, rúcula y tomate <b>H, L, Sv</b>  Pera LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704	

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO

**S** SOJA    **P** PESCADO    **MZ** MOSTAZA    **MC** MOLUSCOS    **L** LÁCTEOS    **H** HUEVO    **SE** SÉSAMO    **G** GLUTEN    **FS** FRUTOS SECOS    **SV** SULFITOS    **C** CRUSTÁCEOS    **CA** CACAHUETE    **A** APIO    **AL** ALTRAMUCES



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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>7</b> Macarrones de maíz con tomate  Albóndigas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) con boniato  Mandarina LI 25g   PR 26g   HC 91   KCAL 693	<b>8</b> Arroz tres delicias (tortilla, maíz) <b>H</b>  Filete de merluza a la andaluza con lechuga, brotes tiernos, tomate y queso <b>L, P, Sv</b>  Yogur <b>L</b> LI 26g   PR 23g   HC 79   KCAL 642	<b>9</b> Brócoli rehogado  Filete de pollo empanado con patatas <b>Sv</b>  Plátano LI 23g   PR 24g   HC 94   KCAL 679	Patatas guisadas con verduras y costillas (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) <b>Su</b>  Tortilla francesa con atún con lechuga, rúcula, brotes tiernos y maíz <b>H, P, Sv</b>  Pera LI 23g   PR 24g   HC 97   KCAL 691
<b>13</b> Macarrones de maíz a la boloñesa  Filete de merluza a la andaluza con lechuga, rúcula, hoja de roble y queso <b>P, L, Sv</b>  Plátano LI 22g   PR 23g   HC 93   KCAL 662	<b>14</b> Crema de verduras (acelgas, calabacín, zanahoria, puerro...) <b>Su</b> Filete de merluza a la andaluza con lechuga, rúcula, hoja de roble y queso <b>P, L, Sv</b> Huevos escalfados con pisto (berengena, calabacín, pimiento verde, tomate) <b>H, Sv</b>  Pera LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>15</b> Guisantes con jamón  Hamburguesa de ternera a la plancha con tomate, lechuga, escarola, brotes tiernos y zanahoria  Yogur <b>L</b> LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676	<b>16</b> Arroz con pollo y verduras (calabacín, calabaza, zanahoria, alcachofas...)  Filete de salmón al horno con salsa de queso con lechuga, hoja de roble, espinacas y maíz <b>L, P, Su</b>  Manzana LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b> Sopa de cocido con fideos de arroz  Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) <b>L</b>  Mandarina LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704
<b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b> Arroz con tomate  Hamburguesas vegetarianas (brócoli, maíz, zanahoria y puerro) con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>Sv</b>  Pera LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665	<b>21</b> Lentejas con chorizo <b>L</b>  Filete de lenguado al limón con lechuga, escarola, rúcula y zanahoria <b>P, L, Sv</b>  Mandarina LI 22g   PR 31g   HC 84   KCAL 676	<b>22</b> Judías verdes rehogadas  Albóndigas estofadas con verduras (zanahoria, calabacín, guisantes...) y puré de patata <b>L, Su</b>  Yogur <b>L</b> LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>23</b> Crema de calabacín <b>Su</b>  Tortilla de patata con lechuga, escarola, canónigos y atún <b>H, P, Su, Sv</b>  Manzana LI 23g   PR 24g   HC 96   KCAL 687	<b>24</b> Macarrones de maíz con bacón <b>L</b>  Lomo de atún guisado con tomate casero, lechuga, rúcula, brotes tiernos y queso <b>P, Sv, L</b>  Plátano LI 21g   PR 24g   HC 97   KCAL 673
<b>27</b> Macarrones de maíz con tomate  Filete de merluza a la andaluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y maíz <b>P, Sv</b>  Manzana LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676	<b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b> Sopa de cocido con fideos de arroz  Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) <b>L</b>  Melocotón en almíbar LI 22g   PR 22g   HC 96   KCAL 670	<b>29</b> Judías blancas con verduras (puerro, pimiento rojo, verde...)  Filete de merluza al horno con lechuga, canónigos, escarola y aceitunas <b>P, Sv</b>  Yogur <b>L</b> LI 26g   PR 27g   HC 80   KCAL 685	<b>30</b> Paella de pescado y marisco <b>P, M, C</b>  Tortilla francesa con jamón, lechuga, hoja de roble, rúcula y tomate <b>H, Sv</b>  Pera LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704	

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p><b>7</b></p> <p>Macarrones de maíz con tomate</p> <p>Albóndigas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) con boniato <b>G</b></p> <p>Mandarina</p> <p>LI 25g   PR 26g   HC 91   KCAL 693</p>	<p><b>8</b></p> <p>Arroz tres delicias (jamón, maíz) <b>L</b></p> <p>Filete de merluza a la andaluza con lechuga, brotes tiernos, tomate y queso <b>G, L, Sv</b></p> <p>Yogur <b>L</b></p> <p>LI 26g   PR 23g   HC 79   KCAL 642</p>	<p><b>9</b></p> <p>Brócoli rehogado</p> <p>Filete de pollo empanado con patatas <b>G, Sv</b></p> <p>Plátano</p> <p>LI 23g   PR 24g   HC 94   KCAL 679</p>	<p>Patatas guisadas con verduras y costillas (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) <b>Su</b></p> <p>Filete de lomo con lechuga, rúcula, brotes tiernos y maíz <b>Sv</b></p> <p>Pera</p> <p>LI 23g   PR 24g   HC 97   KCAL 691</p>
<p><b>13</b></p> <p>Macarrones de maíz a la boloñesa</p> <p>Filete de merluza a la andaluza con lechuga, rúcula, hoja de roble y queso <b>G, P, L, Sv</b></p> <p>Plátano</p> <p>LI 22g   PR 23g   HC 93   KCAL 662</p>	<p><b>14</b></p> <p>Crema de verduras (acelgas, calabacín, zanahoria, puerro...) <b>Su</b></p> <p>Filete de pollo con pisto (berengena, calabacín, pimiento verde, tomate) <b>Sv</b></p> <p>Pera</p> <p>LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683</p>	<p><b>15</b></p> <p>Guisantes con jamón</p> <p>Hamburguesa de ternera a la plancha con tomate, lechuga, escarola, brotes tiernos y zanahoria <b>Sv</b></p> <p>Yogur <b>L</b></p> <p>LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676</p>	<p><b>16</b></p> <p>Arroz con pollo y verduras (calabacín, calabaza, zanahoria, alcachofas...)</p> <p>Filete de salmón al horno con salsa de queso con lechuga, hoja de roble, espinacas y maíz <b>G, L, Su</b></p> <p>Manzana</p> <p>LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684</p>	<p><b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b></p> <p>Sopa de cocido con fideos de arroz</p> <p>Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) <b>L</b></p> <p>Mandarina</p> <p>LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704</p>
<p><b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b></p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Hamburguesas vegetarianas (brócoli, maíz, zanahoria y puerro) con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>Sv</b></p> <p>Pera</p> <p>LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665</p>	<p><b>21</b></p> <p>Lentejas con chorizo <b>L</b></p> <p>Filete de lenguado al limón con lechuga, escarola, rúcula y zanahoria <b>G, P, L, Sv</b></p> <p>Mandarina</p> <p>LI 22g   PR 31g   HC 84   KCAL 676</p>	<p><b>22</b></p> <p>Judías verdes rehogadas</p> <p>Albóndigas estofadas con verduras (zanahoria, calabacín, guisantes...) y puré de patata <b>G, L, Su</b></p> <p>Yogur <b>L</b></p> <p>LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684</p>	<p><b>23</b></p> <p>Crema de calabacín <b>Su</b></p> <p>Filete de pollo con lechuga, escarola, canónigos y atún <b>G, P, Sv</b></p> <p>Manzana</p> <p>LI 23g   PR 24g   HC 96   KCAL 687</p>	<p><b>24</b></p> <p>Macarrones de maíz con bacón <b>L</b></p> <p>Lomo de atún guisado con tomate casero, lechuga, rúcula, brotes tiernos y queso <b>P, G, Sv, L</b></p> <p>Plátano</p> <p>LI 21g   PR 24g   HC 97   KCAL 673</p>
<p><b>27</b></p> <p>Macarrones de maíz con tomate</p> <p>Filete de merluza a la andaluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y maíz <b>G, P, Sv</b></p> <p>Manzana</p> <p>LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676</p>	<p><b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b></p> <p>Sopa de cocido con fideos de arroz</p> <p>Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) <b>L</b></p> <p>Melocotón en almíbar</p> <p>LI 22g   PR 22g   HC 96   KCAL 670</p>	<p><b>29</b></p> <p>Judías blancas con verduras (puerro, pimiento rojo, verde...)</p> <p>Boquerones al horno con lechuga, canónigos, escarola y aceitunas <b>G, P, Sv</b></p> <p>Yogur <b>L</b></p> <p>LI 26g   PR 27g   HC 80   KCAL 685</p>	<p><b>30</b></p> <p>Paella de pescado y marisco <b>P, M, C</b></p> <p>Filete de pollo con lechuga, hoja de roble, rúcula y tomate <b>Sv</b></p> <p>Pera</p> <p>LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704</p>	

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
	<b>7</b> Macarrones con tomate <b>G, H</b>  Albóndigas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) con boniato <b>G</b>  Mandarina LI 25g   PR 26g   HC 91   KCAL 693	<b>8</b> Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) <b>H, L</b>  Filete de ternera con lechuga, brotes tiernos, tomate y queso <b>L, Sv</b>  Yogur <b>L</b> LI 26g   PR 23g   HC 79   KCAL 642	<b>9</b> Brócoli rehogado  Filete de pollo empanado con patatas <b>G, Sv</b>  Plátano LI 23g   PR 24g   HC 94   KCAL 679	Patatas guisadas con verduras y costillas (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) <b>Su</b>  Tortilla francesa con lechuga, rúcula, brotes tiernos y maíz <b>H, Sv</b>  Pera LI 23g   PR 24g   HC 97   KCAL 691
<b>13</b> Codos a la boloñesa <b>G, H</b>  Filete de pollo con lechuga, rúcula, hoja de roble y queso <b>G, L, Sv</b>  Plátano LI 22g   PR 23g   HC 93   KCAL 662	<b>14</b> Crema de verduras (acelgas, calabacín, zanahoria, puerro...) <b>Su</b> Filete de pollo con lechuga, rúcula, brotes tiernos y queso <b>G, L, Sv</b> Huevos escalfados con pisto (berengena, calabacín, pimiento verde, tomate) <b>H, Sv</b>  Pera LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>15</b> Guisantes con jamón  Hamburguesa de ternera a la plancha con tomate, lechuga, escarola, brotes tiernos y zanahoria  Yogur <b>L</b> LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676	<b>16</b> Arroz con pollo y verduras (calabacín, calabaza, zanahoria, alcachofas...)  Filete de lomo con lechuga, hoja de roble, espinacas y maíz <b>G, L, Su</b>  Manzana LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b> Sopa de cocido <b>G, H</b>  Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) <b>L</b>  Mandarina LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704
<b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b> Arroz con tomate  Hamburguesas vegetarianas (brócoli, maíz, zanahoria y puerro) con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>Sv</b>  Pera LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665	<b>21</b> Lentejas con chorizo <b>L</b>  Filete de pollo con lechuga, escarola, rúcula y zanahoria <b>G, L, Sv</b>  Mandarina LI 22g   PR 31g   HC 84   KCAL 676	<b>22</b> Judías verdes rehogadas  Albóndigas estofadas con verduras (zanahoria, calabacín, guisantes...) y puré de patata <b>G, L, Su</b>  Yogur <b>L</b> LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>23</b> Crema de calabacín <b>Su</b>  Tortilla de patata con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>H, Su, Sv</b>  Manzana LI 23g   PR 24g   HC 96   KCAL 687	<b>24</b> Espirales con bacón <b>G, H, L</b>  Filete de ternera lechuga, rúcula, brotes tiernos y queso <b>G, Sv, L</b>  Plátano LI 21g   PR 24g   HC 97   KCAL 673
<b>27</b> Macarrones con tomate <b>G, H</b>  Filete de pollo con lechuga, escarola, brotes tiernos y maíz <b>G, Sv</b>  Manzana LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676	<b>DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL</b> Sopa de cocido <b>G, H</b>  Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) <b>L</b>  Melocotón en almíbar LI 22g   PR 22g   HC 96   KCAL 670	<b>29</b> Judías blancas con verduras (puerro, pimiento rojo, verde...)  Lomo al horno con lechuga, canónigos, escarola y aceitunas <b>G, Sv</b>  Yogur <b>L</b> LI 26g   PR 27g   HC 80   KCAL 685	<b>30</b> Paella de verduras y pollo  Tortilla francesa con jamón, lechuga, hoja de roble, rúcula y tomate <b>G, Sv</b>  Pera LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704	

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
	<b>7</b> Macarrones con tomate <b>G, H</b>  Albóndigas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) con boniato <b>G</b>  Mandarina LI 25g   PR 26g   HC 91   KCAL 693	<b>8</b> Arroz tres delicias (tortilla, maíz) <b>H</b>  Filete de merluza a la andaluza con lechuga, brotes tiernos, tomate y tomate <b>G, Sv</b>  Yogur de soja LI 26g   PR 23g   HC 79   KCAL 642	<b>9</b> Brócoli rehogado  Filete de pollo empanado con patatas <b>G, Sv</b>  Plátano LI 23g   PR 24g   HC 94   KCAL 679	Patatas guisadas con verduras y costillas (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) <b>Su</b>  Tortilla francesa con atún con lechuga, rúcula, brotes tiernos y maíz <b>H, Sv</b>  Pera LI 23g   PR 24g   HC 97   KCAL 691
<b>13</b> Codos a la boloñesa <b>G, H</b>  Filete de merluza a la andaluza con lechuga, rúcula, hoja de roble y tomate <b>G, P, Sv</b>  Plátano LI 22g   PR 23g   HC 93   KCAL 662	<b>14</b> Crema de verduras (acelgas, calabacín, zanahoria, puerro...) <b>Su</b> Filete de merluza a la andaluza con lechuga, rúcula, hoja de roble y tomate <b>G, P, Sv</b> Huevos escalfados con pisto (berengena, calabacín, pimiento verde, tomate) <b>H, Sv</b>  Pera LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>15</b> Guisantes con jamón  Hamburguesa de ternera a la plancha con tomate, lechuga, escarola, brotes tiernos y zanahoria  Yogur de soja LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676	<b>16</b> Arroz con pollo y verduras (calabacín, calabaza, zanahoria, alcachofas...)  Filete de salmón al horno con lechuga, hoja de roble, espinacas y maíz <b>G, Su</b>  Manzana LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>DÍA DE PROTEINA VEGETAL</b> Sopa de cocido <b>G, H</b>  Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...)  Mandarina LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704
<b>DÍA DE PROTEINA VEGETAL</b> Arroz con tomate  Hamburguesas vegetarianas (brócoli, maíz, zanahoria y puerro) con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>Sv</b>  Pera LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665	<b>21</b> Lentejas con chorizo  Filete de lenguado al limón con lechuga, escarola, rúcula y zanahoria <b>G, P, Sv</b>  Mandarina LI 22g   PR 31g   HC 84   KCAL 676	<b>22</b> Judías verdes rehogadas  Albóndigas estofadas con verduras (zanahoria, calabacín, guisantes...) y puré de patata <b>G, Su</b>  Yogur de soja LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>23</b> Crema de calabacín <b>Su</b>  Tortilla de patata con lechuga, escarola, canónigos y atún <b>H, P, Su, Sv</b>  Manzana LI 23g   PR 24g   HC 96   KCAL 687	<b>24</b> Espirales con tomate <b>G, H</b>  Lomo de atún guisado con tomate casero, lechuga, rúcula, brotes tiernos y tomate <b>P, G, Sv</b>  Plátano LI 21g   PR 24g   HC 97   KCAL 673
<b>27</b> Macarrones con tomate <b>G, H</b>  Filete de merluza a la andaluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y maíz <b>G, P, Sv</b>  Manzana LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676	<b>DÍA DE PROTEINA VEGETAL</b> Sopa de cocido <b>G, H</b>  Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...)  Melocotón en almíbar LI 22g   PR 22g   HC 96   KCAL 670	<b>29</b> Judías blancas con verduras (puerro, pimiento rojo, verde...)  Boquerones al horno con lechuga, canónigos, escarola y aceitunas <b>G, P, Sv</b>  Yogur de soja LI 26g   PR 27g   HC 80   KCAL 685	<b>30</b> Paella de pescado y marisco <b>P, M, C</b>  Tortilla francesa con jamón, lechuga, hoja de roble, rúcula y tomate <b>G, Sv</b>  Pera LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704	

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>7</b> Macarrones con tomate <b>G, H</b>  Albóndigas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) con boniato <b>G</b>  Mandarina LI 25g   PR 26g   HC 91   KCAL 693	<b>8</b> Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) <b>H, L</b>  Filete de merluza a la andaluza con lechuga, brotes tiernos, tomate y queso <b>G, L, Sv</b>  Yogur <b>L</b> LI 26g   PR 23g   HC 79   KCAL 642	<b>9</b> Brócoli rehogado  Filete de pollo empanado con patatas <b>G, Sv</b>  Plátano LI 23g   PR 24g   HC 94   KCAL 679	Patatas guisadas con verduras y costillas (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) <b>Su</b>  Tortilla francesa con lechuga, rúcula, brotes tiernos <b>H, Sv</b>  Yogur <b>L</b> LI 23g   PR 24g   HC 97   KCAL 691
<b>13</b> Codos a la boloñesa <b>G, H</b>  Filete de merluza a la andaluza con lechuga, rúcula, hoja de roble y queso <b>G, P, L, Sv</b>  Plátano LI 22g   PR 23g   HC 93   KCAL 662	<b>14</b> Crema de verduras (acelgas, calabacín, zanahoria, puerro...) <b>Su</b> Filete de merluza a la andaluza con lechuga, rúcula, hoja de roble y queso <b>G, P, L, Sv</b> Tortilla francesa con pisto (berengena, calabacín, pimiento verde, tomate) <b>H, Sv</b>  Pera LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>15</b> Guisantes con jamón  Hamburguesa de ternera a la plancha con tomate, lechuga, escarola, brotes tiernos y zanahoria  Yogur <b>L</b> LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676	<b>16</b> Arroz con pollo y verduras (calabacín, calabaza, zanahoria, alcachofas...)  Filete de salmón al horno con salsa de queso con lechuga, hoja de roble, espinacas <b>G, L, Su</b>  Manzana LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>DÍA DE PROTEINA VEGETAL</b> Sopa de cocido <b>G, H</b>  Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) <b>L</b>  Yogur <b>L</b> LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704
<b>DÍA DE PROTEINA VEGETAL</b> Arroz con tomate  Filete de pollo con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>Sv</b>  Pera LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665	<b>21</b> Lentejas con verduras  Filete de lenguado con lechuga, escarola, rúcula y zanahoria <b>G, P, Sv</b>  Mandarina LI 22g   PR 31g   HC 84   KCAL 676	<b>22</b> Judías verdes rehogadas  Albóndigas estofadas con verduras (zanahoria, calabacín, guisantes...) y puré de patata <b>G, L, Su</b>  Yogur <b>L</b> LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>23</b> Crema de calabacín <b>Su</b>  Tortilla de patata con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>H, Su, Sv</b>  Manzana LI 23g   PR 24g   HC 96   KCAL 687	<b>24</b> Espirales con tomate <b>G, H</b>  Filete de merluza lechuga, rúcula, brotes tiernos y queso <b>P, G, Sv, L</b>  Yogur <b>L</b> LI 21g   PR 24g   HC 97   KCAL 673
<b>27</b> Macarrones con tomate <b>G, H</b>  Filete de merluza a la andaluza con lechuga, escarola, brotes tiernos <b>G, P, Sv</b>  Manzana LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676	<b>DÍA DE PROTEINA VEGETAL</b> Sopa de cocido <b>G, H</b>  Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) <b>L</b>  Melocotón en almibar LI 22g   PR 22g   HC 96   KCAL 670	<b>29</b> Judías blancas con verduras (puerro, pimiento rojo, verde...)  Filete de lenguado con lechuga, canónigos, escarola y tomate <b>G, P, Sv</b>  Yogur <b>L</b> LI 26g   PR 27g   HC 80   KCAL 685	<b>30</b> Paella de verduras y pollo  Tortilla francesa con jamón, lechuga, hoja de roble, rúcula y tomate <b>G, Sv</b>  Pera LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704	

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p><b>7</b></p> <p>Macarrones con tomate <b>G, H</b></p> <p>Albóndigas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria...) con boniato <b>G</b></p> <p>Mandarina</p> <p>LI 25g   PR 26g   HC 91   KCAL 693</p>	<p><b>8</b></p> <p>Arroz tres delicias (jamón, tortilla, maíz) <b>H, L</b></p> <p>Filete de merluza a la andaluza con lechuga, brotes tiernos, tomate y queso <b>G, L, Sv</b></p> <p>Yogur <b>L</b></p> <p>LI 26g   PR 23g   HC 79   KCAL 642</p>	<p><b>9</b></p> <p>Brócoli rehogado</p> <p>Filete de pollo empanado con patatas <b>G, Sv</b></p> <p>Plátano</p> <p>LI 23g   PR 24g   HC 94   KCAL 679</p>	<p>Patatas guisadas con verduras y costillas (calabacín, zanahoria, pimiento rojo...) <b>Su</b></p> <p>Tortilla francesa con lechuga, rúcula, brotes tiernos y maíz <b>H, Sv</b></p> <p>Pera</p> <p>LI 23g   PR 24g   HC 97   KCAL 691</p>
<p><b>13</b></p> <p>Coditos a la boloñesa <b>G, H</b></p> <p>Filete de merluza a la andaluza con lechuga, rúcula, hoja de roble y queso <b>G, P, L, Sv</b></p> <p>Plátano</p> <p>LI 22g   PR 23g   HC 93   KCAL 662</p>	<p><b>14</b></p> <p>Crema de verduras (acelgas, calabacín, zanahoria, puerro...) <b>Su</b></p> <p>Tortilla francesa con pisto (berengena, calabacín, pimiento verde, tomate) <b>H, Sv</b></p> <p>Pera</p> <p>LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683</p>	<p><b>15</b></p> <p>Guisantes con jamón</p> <p>Hamburguesa de ternera a la plancha con tomate, lechuga, escarola, brotes tiernos y zanahoria</p> <p>Yogur <b>L</b></p> <p>LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676</p>	<p><b>16</b></p> <p>Arroz con pollo y verduras (calabacín, calabaza, zanahoria, alcachofas...)</p> <p>Filete de salmón al horno con salsa de queso con lechuga, hoja de roble, espinacas y maíz <b>G, L, Su</b></p> <p>Manzana</p> <p>LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684</p>	<p><b>DÍA DE PROTEINA VEGETAL</b></p> <p>Sopa de cocido <b>G, H</b></p> <p>Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) <b>L</b></p> <p>Mandarina</p> <p>LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704</p>
<p><b>DÍA DE PROTEINA VEGETAL</b></p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Hamburguesas vegetarianas (brócoli, maíz, zanahoria y puerro) con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>Sv</b></p> <p>Pera</p> <p>LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665</p>	<p><b>21</b></p> <p>Lentejas con chorizo</p> <p>Filete de lenguado con lechuga, escarola, rúcula y zanahoria <b>G, P, L, Sv</b></p> <p>Mandarina</p> <p>LI 22g   PR 31g   HC 84   KCAL 676</p>	<p><b>22</b></p> <p>Judías verdes rehogadas</p> <p>Albóndigas estofadas con verduras (zanahoria, calabacín, guisantes...) y puré de patata <b>G, L, Su</b></p> <p>Yogur <b>L</b></p> <p>LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684</p>	<p><b>23</b></p> <p>Crema de calabacín <b>Su</b></p> <p>Tortilla de patata con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>H, Su, Sv</b></p> <p>Manzana</p> <p>LI 23g   PR 24g   HC 96   KCAL 687</p>	<p><b>24</b></p> <p>Espirales con tomate <b>G, H</b></p> <p>Filete de merluza lechuga, rúcula, brotes tiernos y queso <b>P, G, Sv, L</b></p> <p>Plátano</p> <p>LI 21g   PR 24g   HC 97   KCAL 673</p>
<p><b>27</b></p> <p>Macarrones con tomate <b>G, H</b></p> <p>Filete de merluza a la andaluza con lechuga, escarola, brotes tiernos y maíz <b>G, P, Sv</b></p> <p>Manzana</p> <p>LI 24g   PR 22g   HC 93   KCAL 676</p>	<p><b>DÍA DE PROTEINA VEGETAL</b></p> <p>Sopa de cocido <b>G, H</b></p> <p>Cocido completo (garbanzos, carne, repollo...) <b>L</b></p> <p>Melocotón en almíbar</p> <p>LI 22g   PR 22g   HC 96   KCAL 670</p>	<p><b>29</b></p> <p>Judías blancas con verduras (puerro, pimiento rojo, verde...)</p> <p>Filete de lenguado con lechuga, canónigos, escarola y aceitunas <b>G, P, Sv</b></p> <p>Yogur <b>L</b></p> <p>LI 26g   PR 27g   HC 80   KCAL 685</p>	<p><b>30</b></p> <p>Paella de pescado y marisco <b>P, M, C</b></p> <p>Tortilla francesa con jamón, lechuga, hoja de roble, rúcula y tomate <b>G, Sv</b></p> <p>Pera</p> <p>LI 24g   PR 25g   HC 97   KCAL 704</p>	

ALÉRGENOS INDICADOS EN ROJO