

| Lunes                                                                                                                                                                            | Martes                                                                                                                                                               | Miércoles                                                                                                                                                           | Jueves                                                                                                                                              | Viernes                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div>3</div><div>Coliflor a la Gallega<br/>Macarrones Boloñesa de Ternera<br/>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div>             | <div><div>4</div><div>Judías Blancas Estofadas con Verduras<br/>Tortilla Francesa<br/>Ensalada de Lechuga y Tomate<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div> | <div><div>5</div><div>Arroz a Banda<br/>Caballa en Aceite<br/>Ensalada de Lechuga y Maíz<br/>Pan Integral y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div>                 | <div><div>6</div><div>Sopa de Cocido<br/>Cocido Completo<br/><br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div>                                     | <div><div>7</div><div>Crema de Calabacín ECO<br/>Merluza a la Andaluza<br/>Tomate Aliñado con AOVE<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada y Yogur</div></div>     |
| <div><div>Kcal: 627 Lip: 19.80 Prot: 22.20 HC: 89.75</div><div>Cena: Arroz + Pescado + Lácteo</div></div>                                                                        | <div><div>Kcal: 557 Lip: 19.70 Prot: 25.68 HC: 69.11</div><div>Cena: Patata + Carne + Fruta</div></div>                                                              | <div><div>Kcal: 691 Lip: 19.89 Prot: 39.59 HC: 92.18</div><div>Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</div></div>                                                           | <div><div>Kcal: 651 Lip: 15.31 Prot: 39.53 HC: 92.04</div><div>Cena: Verdura + Pescado + Fruta</div></div>                                          | <div><div>Kcal: 551 Lip: 21.74 Prot: 28.80 HC: 60.57</div><div>Cena: Arroz + Ave + Fruta</div></div>                                                             |
| <div><div>10</div><div>Lentejas Estofadas con Verduras<br/>Tortilla de Patata con Cebolla.<br/>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div> | <div><div>11</div><div>Judías Verdes con Tomate<br/>Lomo al Ajillo<br/>Patatas Panadera<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div>                            | <div><div>12</div><div>Crema de Calabaza ECO<br/>Albóndigas de Pollo en Salsa<br/>Zanahoria ECO en Guiso<br/>Pan Integral y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div> | <div><div>13</div><div>Coditos al Gratén<br/>Delicias de Bacalao<br/>Ensalada de Lechuga y Tomate<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div> | <div><div>14</div><div></div></div>                                                                                                                              |
| <div><div>Kcal: 753 Lip: 26.91 Prot: 28.02 HC: 102.91</div><div>Cena: Arroz + Pescado + Fruta</div></div>                                                                        | <div><div>Kcal: 439 Lip: 16.71 Prot: 10.55 HC: 63.33</div><div>Cena: Verdura + Huevo + Lácteo</div></div>                                                            | <div><div>Kcal: 555 Lip: 24.05 Prot: 24.85 HC: 59.19</div><div>Cena: Patata + Pescado + Fruta</div></div>                                                           | <div><div>Kcal: 777 Lip: 31.50 Prot: 21.23 HC: 101.62</div><div>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</div></div>                                          | <div><div>Kcal: 723 Lip: 22.79 Prot: 26.18 HC: 102.16</div><div>Cena: Patata + Huevo + Fruta</div></div>                                                         |
| <div><div>17</div><div>Lentejas Castellanas<br/>Tortilla Francesa<br/>Ensalada de Lechuga y Tomate<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div>                             | <div><div>18</div><div>Crema de Zanahoria ECO<br/>Pollo Asado<br/>Patatas Dado<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div>                                     | <div><div>19</div><div>Paella de Verduras<br/>Merluza a la Bilbaina<br/>Pimientos Asados<br/>Pan Integral y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div>                 | <div><div>20</div><div>Sopa de Cocido<br/>Cocido Completo<br/><br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div>                                    | <div><div>21</div><div>Guiso de Menestra<br/>Espirales con Atún<br/>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada y Yogur</div></div>    |
| <div><div>Kcal: 574 Lip: 19.40 Prot: 26.83 HC: 76.45</div><div>Cena: Verdura + Carne + Lácteo</div></div>                                                                        | <div><div>Kcal: 599 Lip: 20.99 Prot: 37.57 HC: 64.02</div><div>Cena: Pasta + Pescado + Fruta</div></div>                                                             | <div><div>Kcal: 641 Lip: 18.32 Prot: 28.74 HC: 93.17</div><div>Cena: Verdura + Ave + Fruta</div></div>                                                              | <div><div>Kcal: 651 Lip: 15.31 Prot: 39.53 HC: 92.04</div><div>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</div></div>                                         | <div><div>Kcal: 723 Lip: 22.79 Prot: 26.18 HC: 102.16</div><div>Cena: Patata + Huevo + Fruta</div></div>                                                         |
| <div><div>24</div><div>Coditos con Tomate<br/>Tortilla de Patata con Cebolla.<br/>Ensalada de Lechuga y Maíz<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div>                   | <div><div>25</div><div>Crema de Verduras ECO<br/>Magro de Cerdo con Tomate<br/>Arroz Pilaf<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div>                         | <div><div>26</div><div>Garbanzos Encebollados<br/>Merluza al Horno<br/>Patatas Panadera<br/>Pan Integral y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div>                  | <div><div>27</div><div>Arroz con Tomate<br/>Escalope de Pollo<br/>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada</div></div> | <div><div>28</div><div>Lentejas Estofadas con Verduras<br/>Salmón al Horno<br/>Tomate Aliñado con AOVE<br/>Pan y Agua<br/>Fruta de Temporada y Yogur</div></div> |
| <div><div>Kcal: 767 Lip: 28.17 Prot: 20.59 HC: 106.85</div><div>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</div></div>                                                                     | <div><div>Kcal: 628 Lip: 18.63 Prot: 33.81 HC: 82.28</div><div>Cena: Patata + Huevo + Fruta</div></div>                                                              | <div><div>Kcal: 688 Lip: 19.04 Prot: 38.79 HC: 93.94</div><div>Cena: Verdura + Carne + Fruta</div></div>                                                            | <div><div>Kcal: 819 Lip: 32.13 Prot: 35.53 HC: 100.81</div><div>Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</div></div>                                        | <div><div>Kcal: 776 Lip: 30.45 Prot: 43.64 HC: 84.90</div><div>Cena: Arroz + Ave + Fruta</div></div>                                                             |



mediterránea