

LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 1	VIERNES 2
SEMANA SANTA				

Energía: . . . Lipidos: . . . Ácidos Grasos Saturados: . . . Hidratos de carbono: . . . Azúcares: . . . Proteínas: . . . Sal: Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Lentejas con zanahoria y cebolla 	Patatas guisadas con sepia 	Macarrones con salsa de tomate 	Crema de zanahoria 	Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún 
Merluza en salsa marinera con gambas con guisantes salteados 	Magro con tomate Zanahorias salteadas 	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate 	San Jacobo con ensalada de lechuga, tomate y maíz 	Paella de pollo 
Fruta fresca 	Fruta fresca 	Fruta fresca 	Yogur 	Fruta fresca 

Energía: 696 kcal . . . Lipidos: 35,2 g . . . Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g . . . Hidratos de carbono: 62,9 g . . . Azúcares: 20,7 g . . . Proteínas: 27,7 g . . . Sal: 3,0 g Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento) 	Arroz blanco con tomate 	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria, cebolla y atún 	Crema de calabacín 	Cocido de garbanzos con verduras 
Tortilla francesa Ensalada de lechuga y olivas 	Palometa en salsa marinera con zanahoria salteada 	Espirales a la boloñesa 	Jamoncitos de pollo asado con patatas fritas 	Gallineta al horno con champiñón 
Fruta fresca 	Fruta fresca 	Fruta fresca 	Yogur de sabores 	Fruta fresca 

Energía: 484 kcal . . . Lipidos: 19,0 g . . . Ácidos Grasos Saturados: 3,6 g . . . Hidratos de carbono: 52,5 g . . . Azúcares: 18,3 g . . . Proteínas: 21,9 g . . . Sal: 1,8 g Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Crema de calabaza 	Ensalada de lechuga, tomate y huevo 	Lentejas con zanahoria y cebolla 	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento) 	Arroz con guisante y zanahoria 
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate 	Macarrones a la carbonara (bacon, nata) 	Pollo al ajillo con judías verdes salteadas 	Colas de rape rebozadas Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria 	Huevos cocidos Ensalada de lechuga, tomate y maíz 
Fruta fresca 	Fruta fresca 	Fruta fresca 	Yogur 	Fruta fresca 

Energía: 547 kcal . . . Lipidos: 24,8 g . . . Ácidos Grasos Saturados: 5,9 g . . . Hidratos de carbono: 50,5 g . . . Azúcares: 19,2 g . . . Proteínas: 26,3 g . . . Sal: 1,9 g Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas verdes v huevo duro 	Alubias blancas con verduras (cebolla, zanahoria, calabacín) 	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria 	Crema de guisantes 	Guiso de patatas con pollo 
Espirales de colores con atún 	Estofado de pavo en salsa hortalana (zanahoria, guisante, cebolla) 	Palometa con tomate frito con ensalada de lechuga y maíz 	Palitos de merluza rebozados con huevo y harina con empanadillas de atún Ensalada de lechuga y tomate 	Revuelto de calabacín y cebolla con ensalada de lechuga y zanahoria 
Fruta fresca 	Fruta fresca 	Fruta fresca 	Yogur 	Fruta fresca 

Energía: 569 kcal . . . Lipidos: 23,4 g . . . Ácidos Grasos Saturados: 5,5 g . . . Hidratos de carbono: 55,7 g . . . Azúcares: 20,3 g . . . Proteínas: 29,5 g . . . Sal: 2,5 g Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

En todos los menus se incluye Agua y pan.



Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.