

LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
			Crema de verduras 	Macarrones con salsa de tomate 
			Hamburguesa de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria 	Merluza al horno con ajo y perejil con Verduras 
			Fruta	Fruta

Energía: 551 kcal . Lípidos: 23,5 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,0 g . Hidratos de carbono: 48,5 g . Azúcares: 18,3 g . Proteínas: 32,9 g . Sal: 2,8 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Paella mixta 	Cocido de garbanzos con verduras 	Pasta con atún 	Crema de zanahoria	Lentejas al estilo casero 
Gallineta al horno con ensalada de lechuga y tomate 	Nuggets de pollo al horno con verduras salteadas 	Estofado de pavo a la jardinera 	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria 	Bacalao en salsa de tomate y pimiento con Verduras 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur 

Energía: 836 kcal . Lípidos: 47,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,8 g . Hidratos de carbono: 62,6 g . Azúcares: 20,6 g . Proteínas: 34,2 g . Sal: 2,7 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Crema de calabacín 	Arroz blanco con tomate	Alubias blancas con verduras 	Pasta a la carbonara 	Lentejas con verduras 
Croquetas de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria 	Revuelto de calabacín y cebolla Ensalada de lechuga, tomate, maíz y atún 	Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria 	Jamonicos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz 	Colas de rape en salsa americana (cebolla, tomate, caldo de pescado) con Verduras 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur 

Energía: 700 kcal . Lípidos: 35,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,8 g . Hidratos de carbono: 61,3 g . Azúcares: 19,7 g . Proteínas: 27,5 g . Sal: 2,4 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Espirales de colores con tomate 	Cocido de garbanzos con verduras 	Crema de calabaza		
Huevos cocidos con zanahoria salteada 	Magro con tomate con Verduras 	Caella al horno Ensalada de lechuga, tomate y atún 		
Fruta	Fruta	Fruta		

Energía: 334 kcal . Lípidos: 16,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 4,3 g . Hidratos de carbono: 25,5 g . Azúcares: 11,4 g . Proteínas: 18,6 g . Sal: 1,0 g . - . 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

Energía: . Lípidos: . 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.

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.