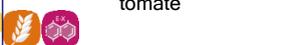
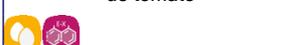
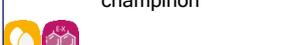


| LUNES 2   | MARTES 3   | MIÉRCOLES 4   | JUEVES 5   | VIERNES 6   |
|---|--|---|--|---|
| Ensalada de pasta<br>   | Sopa casera de pollo<br>  | Lentejas al estilo casero<br>  | Paella mixta<br>                               | Guiso de patatas con ternera<br>   |
| Brocheta de pollo<br>  | Huevos rotos<br>  | Bacalao a la vizcaína Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas verdes v huevo<br> | Salchichas de pollo con zanahoria salteada<br> | Cazón frito Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas verdes v huevo<br>     |
| Fruta<br>  | Vasito de helado<br>  | Fruta<br>   | Fruta<br>                                     | Fruta<br>  |
| Energía: 895 Kcal . Lípidos: 34,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,4 g . Hidratos de carbono: 101,3 g . Azúcares: 6,0 g . Proteínas: 40,7 g . Sal: 3,6 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.  |  |   |  |   |
| LUNES 9   | MARTES 10  | MIÉRCOLES 11  | JUEVES 12  | VIERNES 13  |
| Cocido de garbanzos con verduras<br>   | Sopa de marisco<br>   | Tallarines napolitana<br>  | FESTIVO  | FESTIVO   |
| Croquetas de pollo Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas verdes v huevo<br>   | Cabezada de cerdo a la carbonara con ensalada de tomate<br>                               | Huevos cocidos con mahonesa Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas ver<br>      |  |   |
| Fruta<br>  | Yogur de sabores<br>  | Fruta<br>   |  |   |
| Energía: 741 Kcal . Lípidos: 36,1 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,0 g . Hidratos de carbono: 70,0 g . Azúcares: 10,3 g . Proteínas: 30,8 g . Sal: 2,0 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.  |  |   |  |   |
| LUNES 16  | MARTES 17  | MIÉRCOLES 18  | JUEVES 19  | VIERNES 20  |
| Crema de calabacín<br>  | Lentejas con chorizo<br>  | Sopa casera de pollo<br>   | Arroz a la cubana<br>                        | Fideuá de marisco<br>  |
| Hamburguesa a la plancha con zanahoria salteada<br>   | Huevos al plato con pisto<br>   | Filete de magro de cerdo en salsa jardinera con puré de patata<br>                             | Merluza en salsa verde<br>                   | Tortilla de patata con ensalada de tomate<br>  |
| Fruta<br>  | Yogur de sabores<br>  | Fruta<br>   | Fruta<br>                                   | Fruta<br>  |
| Energía: 827 Kcal . Lípidos: 26,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,7 g . Hidratos de carbono: 105,4 g . Azúcares: 9,5 g . Proteínas: 37,2 g . Sal: 4,0 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.  |  |   |  |   |
| LUNES 23  | MARTES 24  | MIÉRCOLES 25  | JUEVES 26  | VIERNES 27  |
| Arroz a la marinera<br>   | Potaje de garbanzos<br>   | Espirales de colores con atún<br>  | Lentejas caseras con verduras<br>            | Patatas guisadas con carne de cerdo<br>  |
| Nuggets de pollo con patata asada<br>   | Merluza al horno<br>  | Jamón York a la plancha Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas ver<br>        | Huevos revueltos con champiñón<br>           | Bacaladito a la andaluza Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas ver<br> |
| Fruta<br>  | Yogur de sabores<br>  | Fruta<br>   | Fruta<br>                                   | Fruta<br>  |
| Energía: 915 Kcal . Lípidos: 28,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,8 g . Hidratos de carbono: 117,5 g . Azúcares: 12,7 g . Proteínas: 39,7 g . Sal: 3,6 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011. |  |   |  |   |
| LUNES 30  | MARTES 31  | MIÉRCOLES 1   | JUEVES 2   | VIERNES 3   |
| Crema de verduras<br>   | Arroz con verdura y lomo<br>  |   |  |   |
| Estofado de ternera con champiñón y cebolla<br>   | Calamares a la andaluza Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas ver<br> |   |  |   |
| Fruta<br>  | Vasito de helado<br>  |   |  |   |
| Energía: 892 Kcal . Lípidos: 33,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,2 g . Hidratos de carbono: 112,1 g . Azúcares: 6,8 g . Proteínas: 32,6 g . Sal: 3,8 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.   |  |    |  |   |