

		1	2	3	4
7	8	9	10	11	
-	Macarrones integrales con tomate 🍅🍅🍅 Pechuga de pollo a la naranja Ensalada Nº 1 Yogur 🥛 Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 42 Lip: 31 HC: 68 Kcal: 717	Judías verdes con patata 🍅 Tortilla francesa con queso 🧀🥚 Ensalada Nº 2 🥬 Fruta de temporada Pan integral 🍞🍞🍞🍞 Pro: 23 Lip: 34 HC: 73 Kcal: 726	Arroz con verduras Merluza a la romana 🐟🍅🍅 Ensalada Nº4 🥬 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 29 Lip: 22 HC: 83 Kcal: 696	Borrajá con patata y bacon 🍅 Cinta de lomo de cerdo con tomate 🍅 Patatas panadera 🍅 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 29 Lip: 34 HC: 79 Kcal: 771	
14	15	16	17	18	
Arroz con tomate Huevos a la plancha 🍳 Patatas panadera 🍅 Yogur 🥛 Pan integral 🍞🍞🍞🍞 Pro: 26 Lip: 37 HC: 64 Kcal: 702	Alubias blancas estofadas con verduras Panga rebozada 🍷 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 29 Lip: 31 HC: 76 Kcal: 711	Acelgas(eco) con patatas 🍅 Jamoncitos de pollo en salsa de champiñones 🍄 Ensalada Nº4 🥬 Fruta de temporada Pan integral 🍞🍞🍞🍞 Pro: 32 Lip: 35 HC: 72 Kcal: 757	Ensalada de pasta integral 🍝🥬 Lomo en salsa Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 29 Lip: 25 HC: 82 Kcal: 718	Crema de calabacín(eco) 🍆 Lentejas estofadas 🍲 Ensalada Nº4 🥬 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 23 Lip: 26 HC: 85 Kcal: 692	
21	22	23	24	25	
Macarrones integrales a la carbonara 🍝🍷 Panga rebozada 🍷 Ensalada Nº 2 🥬 Yogur 🥛 Pan integral 🍞🍞🍞🍞 Pro: 36 Lip: 34 HC: 70 Kcal: 719	Garbanzos estofados 🍲 Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 35 Lip: 28 HC: 82 Kcal: 741	Crema de calabaza con queso 🍆🧀 Tortilla de patata 🍳 Ensalada Nº4 🥬 Fruta de temporada Pan integral 🍞🍞🍞🍞 Pro: 12 Lip: 30 HC: 69 Kcal: 635	Arroz 3 delicias 🍚🍅🍅 Hamburguesa a la plancha 🍷 Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 24 Lip: 35 HC: 76 Kcal: 754	Judías verdes con patata 🍅 Alubias blancas estofadas con verduras Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 18 Lip: 29 HC: 93 Kcal: 725	
28	29	30			
Lentejas con verduras 🍲 Cinta de lomo de cerdo a la riojana Patatas panadera 🍅 Yogur 🥛 Pan integral 🍞🍞🍞🍞 Pro: 47 Lip: 33 HC: 66 Kcal: 744	Macarrones integrales a la napolitana 🍝🍷 Merluza al orio 🐟🍷 Ensalada Nº4 🥬 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 31 Lip: 21 HC: 81 Kcal: 702	Crema de calabacín(eco) 🍆 Garbanzos estofados con chorizo 🍲 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan integral 🍞🍞🍞🍞 Pro: 24 Lip: 35 HC: 91 Kcal: 794			

ALÉRGENOS:

Altramuzes
 Apio
 Cacahuets
 Gluten
 Crustáceos
 Sulfitos
 Frutos secos
 Sésamo
 Huevo
 Lácteos
 Moluscos
 Mostaza
 Pescado
 Soja