

		MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		Judías verdes rehogadas Cinta de lomo Ensalada mixta Fruta	Lentejas estofadas San Jacobos (gluten, leche y huevo) Ensalada Yogur (leche)	Crema de puerros (leche) Pechuga de pollo empanada (gluten y huevo) Ensalada verde Fruta
		KCAL: 747 HC: 39,9 g AZÚCAR: 17,3 g KJ: 3123 GRASA: 48,1 g AGS: 7,2 g PROT: 38,7 g	KCAL: 809 HC: 55,4 g AZÚCAR: 13,9 g KJ: 3382 GRASA: 47,9 g AGS: 12,9 g PROT: 39,8 g	KCAL: 766 HC: 61,8 g AZÚCAR: 21,8 g KJ: 3200 GRASA: 43,4 g AGS: 7,5 g PROT: 32,3 g
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
Sopa de picadillo (gluten y huevo) Salmón al horno con patatas (pescado) Ensalada verde Fruta	Patatas con costillas Tortilla francesa (huevo) Ensalada mixta Fruta	Judías blancas Merluza a la plancha (pescado) Ensalada verde Fruta	Paella mixta Croquetas (huevo, leche y gluten) Ensalada mixta Yogur (leche)	Guisantes con jamón Pollo asado Ensalada verde Fruta
KCAL: 776 HC: 55,9 g AZÚCAR: 16 g KJ: 3245 GRASA: 48,8 g AGS: 7,5 g PROT: 28,9 g	KCAL: 779 HC: 57,7 g AZÚCAR: 16 g KJ: 3257 GRASA: 49,6 g AGS: 8,3 g PROT: 25,8 g	KCAL: 761 HC: 52,2 g AZÚCAR: 18,8 g KJ: 3179 GRASA: 47,1 g AGS: 8,3 g PROT: 31,9 g	KCAL: 818 HC: 80,6 g AZÚCAR: 15,3 g KJ: 3418 GRASA: 42 g AGS: 9,6 g PROT: 29,3 g	KCAL: 780 HC: 51,6 g AZÚCAR: 23,5 g KJ: 3262 GRASA: 46,3 g AGS: 8 g PROT: 39,5 g
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Puré de verduras Tortilla de patata (huevo) Ensalada mixta Fruta	Sopa de pescado (pescado, moluscos y crustáceos) Huevos fritos con patatas (huevo) Fruta	Espaguetis con tomate (gluten y huevo) Mero rebozado (pescado, gluten y huevo) Ensalada verde Fruta	Crema de champiñones (leche) Pavo a la plancha Ensalada verde Yogur (leche)	Sopa de cocido (gluten, tz huevo) Cocido completo Ensalada verde Fruta
KCAL: 771 HC: 59,8 g AZÚCAR: 17,9 g KJ: 3222 GRASA: 51,2 g AGS: 9,0 g PROT: 17,8 g	KCAL: 755 HC: 67,7 g AZÚCAR: 16,2 g KJ: 3158 GRASA: 43,8 g AGS: 6,7 g PROT: 22,9 g	KCAL: 835 HC: 88,5 g AZÚCAR: 20,5 g KJ: 3491 GRASA: 40 g SAT: 5,2 g PROT: 30,4 g	KCAL: 768 HC: 49,4 g AZÚCAR: 12,8 g KJ: 3211 GRASA: 47,1 g AGS: 10,4 g PROT: 36,5 g	KCAL: 750 HC: 74,9 g AZÚCAR: 19,4 g KJ: 3135 GRASA: 37,7 g AGS: 7 g PROT: 28 g
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
FIESTA	Puré de verduras Cinta de lomo Ensalada verde Fruta	Patatas marineras (moluscos y crustáceos) San Jacobos (gluten, leche y huevo) Ensalada mixta Fruta	Sopa de cocido (gluten, tz huevo) Cocido completo Ensalada verde Yogur (leche)	Judías verdes Mero a la plancha Ensalada verde Fruta
	KCAL: 750 HC: 51,5 g AZÚCAR: 17,3 g KJ: 3133 GRASA: 46,7 g AGS: 8,3 g PROT: 30,7 g	KCAL: 825 HC: 57,9 g AZÚCAR: 18,6 g KJ: 3447 GRASA: 50,5 g AGS: 11,7 g PROT: 35,1 g	KCAL: 769 HC: 73 g AZÚCAR: 8,3 g KJ: 3215 GRASA: 39,2 g AGS: 8,8 g PROT: 31,5 g	KCAL: 741 HC: 40,6 g AZÚCAR: 18,3 g KJ: 3098 GRASA: 49,1 g AGS: 6,7 g PROT: 33,9 g
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
Crema de puerros (leche) Huevos fritos con patatas (huevo) Ensalada verde Fruta	Albóndigas a la americana (gluten y huevo) Ensalada verde Fruta	Sopa de picadillo (gluten y huevo) Pollo asado Ensalada verde Fruta	Judías blancas estofadas Merluza a la romana (pescado, gluten y huevo) Ensalada verde Yogur (leche)	FIESTA
KCAL: 773 HC: 65,1 g AZÚCAR: 22 g KJ: 3230 GRASA: 48,9 g AGS: 9 g PROT: 18,1 g	KCAL: 743 HC: 34,4 g AZÚCAR: 21,1 g KJ: 3107 GRASA: 54,2 g AGS: 12,6 g PROT: 29,5 g	KCAL: 760 HC: 41,6 g AZÚCAR: 18,8 g KJ: 3175 GRASA: 65,5 g AGS: 15,3 g PROT: 35,7 g	KCAL: 788 HC: 56,4 g AZÚCAR: 17,7 g KJ: 3294 GRASA: 47,7 g AGS: 8,5 g PROT: 33,4 g	