



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

02

TALLARINES AGLIO OLIO
TAQUITOS DE RAPE A LA ANDALUZA
ENSALADA DE REMOLACHA, LECHUGA Y
TOMATE
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 536.20 LIP: 14.60
PROT: 23.10 HC: 75.40

03

CREMA DE CALABACÍN
LOMO FRESCO A LA ESPAÑOLA
ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y MANZANA
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 495.80 LIP: 18.30
PROT: 27.10 HC: 52.70

04

LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS
ATÚN CON TOMATE
ESPIRALES SALTEADOS
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 625.80 LIP: 20.00
PROT: 31.10 HC: 75.70

05

PAELLA MIXTA
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA LECHUGA, ZANAHORIA Y SOJA
AGUA, PAN, FRUTA O POSTRE LÁCTEO
KCAL: 691.20 LIP: 20.0
PROT: 28.80 HC: 84.80

06

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO
(CARNE, POLLO, CHORIZO)
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 581.50 LIP: 13.90
PROT: 27.10 HC: 80.90

09

MACARRONES CON CHORIZO
CINTA DE LOMO ADOBADO A LA PLANCHA
ENSALADA LECHUGA Y REMOLACHA
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 643.10 LIP: 23.00
PROT: 34.70 HC: 71.7

10

ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
ENSALADA CON TOMATE Y ATÚN
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 560.7 LIP: 22
PROT: 25.10 HC: 58.70

11

JUDIAS VERDES SALTEADAS CON AJITO
ALBÓNDIGAS DE TERNERA JARDINERA
PATATAS DADO
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 724.40 LIP: 38.20
PROT: 27.0 HC: 62.60

12

ARROZ CON SALSA DE TOMATE
MERLUZA PERSILLADE
ENSALADA LECHUGA, ZANAHORIA,
SOJA
AGUA, PAN, FRUTA O POSTRE LÁCTEO
KCAL: 585.50 LIP: 15.20
PROT: 25.80 HC: 85.20

13

**DIA NO LECTIVO
DIA DE LA ENSEÑANZA**

16

CREMA DE VERDURAS
(ACELGA, PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA)
MAGRO DE CERDO CON TOMATE
PATATAS FRITAS
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 598.10 LIP: 22.90
PROT: 27.00 HC: 65.80

17

LENTEJAS CON VERDURAS
(ZANAHORIA, PATATA, PIM. ROJO Y VERDE)
TAQUITOS DE RAPE A LA ANDALUZA
LECHUGA, TOMATE Y MANZANA
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 514.80 LIP: 14.40
PROT: 27.40 HC: 64.40

18

ARROZ TRES DELICIAS
(HUEVO, GUISANTES Y JAMON YORK)
HUEVOS MOLL
LECHUGA Y REMOLACHA
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 646.40 LIP: 20.10
PROT: 17.20 HC: 97.20

19

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO
(TERNERA, POLLO, CHORIZO)
(ZANAHORIA, PATATA Y TOCINO)
AGUA, PAN, FRUTA O POSTRE LÁCTEO
KCAL: 672.0 LIP: 18.10
PROT: 33.3 HC: 88.90

20

ESPAGUETIS CON TOMATE
LIMANDA AL HORNO AL LIMÓN
ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ATÚN
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 532.30 LIP: 13.60
PROT: 27.50 HC: 72.20

23

ESPIRALES NAPOLITANA
(CON TOMATE, CEBOLLA Y ZANAHORIA)
SALMÓN CON CREMA DE BECHAMEL
ENSALADA DE SOJA Y TOMATE
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 694.40 LIP: 28.0
PROT: 28.80 HC: 78.7

24

SOPA DE AVE CON FIDEOS
RAGOUT DE TERNERA
CON PATATAS Y VERDURITAS
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 633.20 LIP: 27.80
PROT: 32.90 HC: 60.30

25

ALUBIAS CON CHORIZO
PALOMETA EN SALSA DE TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 554.20 LIP: 17.7
PROT: 29.80 HC: 61.50

26

MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA
POLLO ASADO EN SU JUGO
PATATAS FRITAS
AGUA, PAN, FRUTA O POSTRE LÁCTEO
KCAL: 673.30 LIP: 30.00
PROT: 36.90 HC: 62.60

27

GARBANZOS ESTOFADOS
TORTILLA DE QUESO
ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y MANZANA
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 627.20 LIP: 27.40
PROT: 29.50 HC: 60.70

30

ARROZ CON POLLO
LIMANDA A LA ROMANA
ENSALADA LECHUGA, REMOLACHA Y SOJA
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 597.80 LIP: 17.10
PROT: 26.60 HC: 82.60