



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
<p>2</p> <p>Sopa minestrone Albóndigas a la jardinera con champiñones salteados Yogur y pan Minestrone soup Meatballs with vegetables with sautéed mushrooms Yoghurt and bread</p>	<p>3</p> <p>Garbanzos con arroz, espinacas y huevo Limanda empanada con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Chickpeas with rice, spinach & egg Breaded yellowfin sole with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Crema de verduras Pollo a la manzana con patatas Fruta y pan Vegetable cream Apple chicken with potatoes Fruit and bread</p>	<p>5</p> <p>Arroz con tomate Huevos revueltos con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Rice with tomato sauce Scrambled eggs with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Espaguetis napolitana Caella adobada con tomate, cebolla y orégano Fruta y pan Spaghetti neapolitan Pickled blue shark with tomatoes, onions & oregano Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 695 HC: 84 Prot: 31 Lip: 25</p>
<p>9</p> <p>Judías verdes, zanahoria y patata rehogadas Filete de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Chicken steak with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>10</p> <p>Paella de verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Vegetarian paella Spanish potato omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Alubias blancas estofadas Merluza andaluza con lechuga y palitos de cangrejo Helado y pan Stewed white beans Andalusian style hake with lettuce & crab sticks Ice cream and bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>FESTIVO</p>	<p>Kcal: 706 HC: 86 Prot: 32 Lip: 28</p>
<p>16</p> <p>Crema de zanahoria y calabaza Pavo a la plancha con lechuga y remolacha Yogur y pan Cream of carrot & butterkin squash Grilled turkey with lettuce and beets Yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Alubias pintas estofadas Tortilla de queso con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Stewed pinto beans Cheese omelette with lettuce salad with tomato & sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Arroz salteado Ventresca de merluza a la romana con lechuga y olivas negras Fruta y pan Sautéed rice Battered & fried hake with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>19</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) con ensalada Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) with salad Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Espirales gratinados Bacalao al horno con pisto Fruta y pan Spirals au gratin Baked cod with ratatouille Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 676 HC: 81 Prot: 34 Lip: 26</p>
<p>23</p> <p>Lentejas a la jardinera Huevos revueltos con champiñones con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Vegetables lentils Scrambled eggs with mushrooms with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread</p>	<p>24</p> <p>Arroz con verduras Merlán a la andaluza con lechuga y zanahoria Fruta y pan Rice with vegetable Andalucian style whiting with lettuce & carrot Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Espaguetis con tomate Contramuslo de pollo asado con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Spaghetti with tomato sauce Baked chicken thigh with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread</p>	<p>26</p> <p>Crema de calabacín con queso Pavo a la plancha con ensalada César Fruta y pan Cream of zucchini with cheese Grilled turkey with Caesar salad Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Coliflor con bechamel Estofado de ternera con patatas dado Fruta y pan Cauliflower with white sauce Beef stew with diced potatoes Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 692 HC: 75 Prot: 33 Lip: 31</p>
<p>30</p> <p>Crema de puerros Rape a la romana con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan Cream of leek Battered & fried monkfish with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Yoghurt and bread</p>	<p>31</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) con ensalada Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew (without chorizo sausage) with salad Fruit and bread</p>				<p>Kcal: 554 HC: 74 Prot: 32 Lip: 16</p>