



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 milanese Huevos revueltos con picadillo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Milanese rice Mixed meat with egg 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: 716 HC: 84 Prot: 31 Lip: 28</p>
<p>9</p> <p>Judías verdes, zanahoria y patata rehogadas Escalope a la milanese con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Braised green beans, carrots & potatoes Milanese style breaded 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 Helado y pan Stewed white beans Andalusian style hake with lettuce Ice cream and bread</p>	<p>12</p> <p>FESTIVO</p>	<p>13</p> <p>FESTIVO</p>	<p>Kcal: 684 HC: 87 Prot: 29 Lip: 27</p>
<p>16</p> <p>Crema de zanahoria y calabaza San Jacobo con lechuga y remolacha Yogur y pan Cream of carrot & butternut squash Cooked ham & cheese escalope 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 tres delicias Ventresca de merluza a la romana con lechuga y olivas negras Fruta y pan Chinese fried rice Battered & fried hake with lettuce & olives Fruit and bread</p>	<p>19</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo con ensalada Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew 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: 739 HC: 84 Prot: 35 Lip: 33</p>
<p>23</p> <p>Lentejas a la riojana Huevos revueltos con champiñones con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Rioja style 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>Espagueti amatriciana Contramuslo de pollo asado con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Spaghetti in amatriciana sauce Baked chicken thigh with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread</p>	<p>26</p> <p>Crema de calabacín con queso Lacón al horno con ensalada César Fruta y pan Cream of zucchini with cheese Baked lacón pork 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: 717 HC: 73 Prot: 33 Lip: 35</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 con ensalada Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew with salad Fruit and bread</p>				<p>Kcal: 592 HC: 75 Prot: 34 Lip: 19</p>