



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
			1 Arroz con tomate Pollo en salsa con ensalada Fruta y pan	2 Espaguetis pomodoro (tomate frito, pimiento, cebolla) Limanda en salsa verde con patatas Yogur y pan	Kcal: 744 HC: 46 Prot: 28 Lip: 19
5 Arroz con tomate Pechuga de pavo al horno con lechuga y maíz Fruta y pan	6 Cocido andaluz (calabaza, judías verdes, zanahoria, patata, chorizo) Salchichas de pollo al horno con lechuga y zanahoria Yogur y pan	7 Gazpacho Carne mechada con patatas Fruta y pan	8 Crema de calabacín Pollo al horno con lechuga y tomate Fruta y pan	9 Macarrones pomodoro Abadejo en salsa con zanahoria Yogur y pan	Kcal: 503 HC: 70 Prot: 25 Lip: 23
12 Lentejas a la riojana Merluza al horno con lechuga y maíz Fruta y pan	13 Espaguetis con tomate Pollo a la naranja con verduras salteadas Yogur y pan	14 Crema de calabaza Albóndigas de ternera en salsa con patatas Fruta y pan	15 FIESTA	16 Sopa de fideos Limanda en salsa verde con judías verdes salteadas Yogur y pan	Kcal: 642 HC: 84 Prot: 30 Lip: 21
19 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con guisantes Fruta y pan	20 Macarrones boloñesa Abadejo en salsa con lechuga y maíz Yogur y pan	21 Gazpacho Carne mechada con patatas Fruta y pan	22 Lentejas con verduras Merluza a la plancha con lechuga y tomate Fruta y pan	23 Arroz con tomate Tortilla de jamón york con menestra Yogur y pan	Kcal: 391 HC: 48 Prot: 9 Lip: 14
26 VACACIONES DE VERANO	27 VACACIONES DE VERANO	28 VACACIONES DE VERANO	29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0