

LUNES 8	MARTES 9	MIERCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Crema de calabacín 	Arroz a la jardinera 	Garbanzos al estilo casero 	Sopa casera de ave 	Macarrones a la milanesa 
Tortilla francesa con York y queso con ensalada de lechuga y maíz 	Filete de limanda al horno con tomate asado 	Alitas de pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria 	Estofado de pavo a la jardinera con menestra de verduras 	Rape rebozado con ensalada de lechuga y maíz 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 








Energía: 741 kcal. Lípidos: 37,3 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,2 g. Hidratos de carbono: 61,2g. Azúcares: 18,9 g. Proteínas: 36,0 g. Sal: 2,7 g. - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R.UE 1169/2011.

LUNES 15	MARTES 16	MIERCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías verdes con patata y zanahoria 	Sopa casera de ave 		Arroz blanco con tomate 	Alubias blancas estofadas con zanahoria y cebolla 
Albóndigas caseras de cerdo en salsa de tomate 	Tortilla de jamón York Ensalada de lechuga y tomate 		Fogonero al horno con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria rallada, aceitunas verdes y huevo 	Cabezada de lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz 
Fruta	Fruta		Fruta	Fruta fresca

Energía: 491 kcal. Lípidos: 24,3 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,7 g. Hidratos de carbono: 36,2g. Azúcares: 14,5 g. Proteínas: 27,8 g. Sal: 2,2 g. - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R.UE 1169/2011.

LUNES 22	MARTES 23	MIERCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Sopa casera de ave 	Coliflor al estilo casero 	Espaguetis a la italiana 	Lentejas al estilo casero con zanahoria y cebolla 	Paella 
Guiso de pollo con patatas con ensalada de lechuga y zanahoria 	Hamburguesa mixta a la plancha con ensalada de lechuga y maíz 	Jamón de pollo en salsa a la jardinera 	Tortilla de patata con verduras salteadas 	Merluza al horno en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga, tomate y maíz 
Yogur de sabores 	Fruta	Fruta	Fruta fresca	Fruta

Energía: 617 kcal. Lípidos: 26,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,0 g. Hidratos de carbono: 61,7 g. Azúcares: 17,9 g. Proteínas: 28,2 g. Sal: 3,0 g. - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R.UE 1169/2011.

LUNES 29	MARTES 30	MIERCOLES 31	JUEVES 1	VIERNES 2
Judías portuguesa 	Arroz con tomate 	Crema de calabaza 		
Huevos revueltos con tomate con ensalada de lechuga y tomate 	Bocaditos de bacalao empanado con ensalada de lechuga y maíz 	Contramuslo de pollo asado al limón Salsa de tomate 		
Fruta	Fruta	Natillas de vainilla 		

Energía: 300 kcal. Lípidos: 14,1 g. Ácidos Grasos Saturados: 3,4 g. Hidratos de carbono: 28,1 g. Azúcares: 12,6 g. Proteínas: 13,5 g. Sal: 1,1 g. - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R.UE 1169/2011.

LUNES 5	MARTES 6	MIERCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9

Energía: . Lípidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: . - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R.UE 1169/2011.

Los menús incluyen agua y pan o pan integral.



Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.