



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES		
Semana 3	04/11/2024	05/11/2024	06/11/2024	07/11/2024	08/11/2024	ENERGIA (Kcal)	688,88
	GARBANZOS CON VERDURITAS	HUEVOS COCIDOS CON GUISANTES (3)	ARROZ TRES DELICIAS	SOPA VEGETAL (1, 3, 10 y 12)	CREMA DE VERDURAS	Prot. (g)	26,16
	PIZZA CASERA (1, 2, 3, 4, 5 y 6)	ESPAGUETIS CON BOLOÑESA (14)	FINGERS DE PESCADO (1, 3, 4, 5 y 6)	JAMON ASADO (2, 10 y 14)	ALBONDIGAS EN SALSA (1, 10 y 12)	Lip. (g)	23,52
	LACTEO (2)- Fruta	FRUTA	ENSALADA (14) FRUTA	PURE (2) LACTEO (2)- Fruta	CON GUARNICION FRUTA	HdeC (g)	89,34
	Vaso de leche con cacao, tostadas de pan blanco con margarina y mermelada y fruta	Vaso de leche con cacao, galletas tipo maría y zumo de naranja natural	Vaso de leche con cereales tipo corn flakes y fruta	Vaso de leche con tostadas de pan integral con aceite de oliva virgen y fruta	Vaso de leche con cacao, cereales de arroz inflado y zumo de naranja natural	Recomendaciones	
PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON TOMATE ASADO	FILETE DE BACALAO A LA PLANCHA CON PATATAS AL VAPOR	FAJITAS DE CERDO CON PIMIENTOS Y CEBOLLA	PESCADO DEL DIA AL HORNO CON AJO, PEREJIL Y ESPINACAS REHOGADAS	SANDWICH VEGETAL			
	LACTEO	FRUTA	LACTEO	FRUTA	LACTEO		
Semana 4	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	ENERGIA (Kcal)	729,70
	ESPIRALES CON TOMATE (1, 3, 10 y 12)	LENTEJAS CON CHORIZO (1)	ENSALADILLA RUSA (2, 3, 4 y 12)	SOPA DE VERDURAS (1, 3, 10 y 12)	PAELLA	Prot. (g)	30,70
	LOMO A LA PLANCHA (2 y 10)	TORTILLA (3)	FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA (1, 3, 4, 5 y 6)	POLLO AL AJILLO	BOCADITOS DE BACALAO (1, 2, 3, 4, 5 y 6)	Lip. (g)	28,82
	ENSALADA (14) LACTEO (2)-Fruta	TOMATE (14) FRUTA	LECHUGA (14) LACTEO (2)- Fruta	CON PATATAS FRUTA	ENSALADA (14) FRUTA	HdeC (g)	80,32
	Vaso de leche con cereales integrales y zumo de naranja natural	Vaso de leche con tostada de pan integral con aceite de oliva virgen y fruta	Vaso de leche con cacao, galletas tipo maría y zumo de naranja natural	Vaso de leche con cereales y fruta	Vaso de leche con tostada de pan blanco con margarina, mermelada y zumo de naranja natural	Recomendaciones	
TORTILLA DE ATUN CON ENSALADA	HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA CON TOMATE ASADO	ENSALADA COMPLETA CON QUESO Y NUECES	PESCADO DEL DIA AL HORNO CON PATATAS ASADAS	PECHUGA DE PAVO CON PURE DE ZANAHORIA			
	FRUTA	LACTEO	LACTEO	LACTEO	LACTEO		
Semana 5	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024	VALOR	
	CALDO GALLEGO (3)	JUDIAS CON HUEVO (2)	CREMA DE ZANAHORIA	SOPA DE AVE (1, 3, 10 y 12)	PASTA GRATINADA (1, 2, 3, 10 y 12)	ENERGIA (Kcal)	702,60
	JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO	FINGERS DE PESCADO (1, 3, 4, 5 y 6)	PAVO ESTOFADO (14)	CINTA DE LOMO EN SU JUGO (2 y 10)	MERLUZA A LA PLANCHA (4, 5 y 6)	Prot. (g)	33,76
	CON ARROZ BLANCO	CODITOS SALTEADOS	PATATAS	JARDINERA	LECHUGA Y ZANAHORIA (14)	Lip. (g)	30,04
	LACTEO (2)- Fruta	FRUTA	FRUTA	FRUTA	LACTEO (2)- Fruta	HdeC (g)	70,82
Vaso de leche con cereales de chocolate y zumo de naranja natural	Vaso de leche con cereales de chocolate y zumo de naranja natural	Vaso de leche con cacao, tostada de pan blanco con margarina, mermelada y fruta	Vaso de leche con cacao, galletas integrales y zumo de naranja natural	Vaso de leche con pan integral fresco con aceite de oliva virgen y fruta	Recomendaciones		
ARROZ TRES DELICIAS	ARROZ TRES DELICIAS	FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA CON BERENJENA ASADA	VARITAS DE MERLUZA CASERAS CON ENSALADA DE CANONIGOS	HUEVOS RELLENOS CON LECHUGA			
	LACTEO	LACTEO	LACTEO	FRUTA	LACTEO		
Semana 6	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024	ENERGIA (Kcal)	634,38
	CREMA DE CALABAZA	MENESTRA CON JAMON	MACARRONES SALTEADOS (1, 3, 10 y 12)	ARROZ CON TOMATE	ALUBIAS ESTOFADAS	Prot. (g)	26,88
	ALBÓNDIGAS EN SALSA (14)	GALLO SAN PEDRO AL HORNO (4, 5 y 6)	SAN JACOBO CASERO (1, 2 y 3)	TORTILLA FRANCESA (3)	PIZZA CASERA (1, 2, 3, 4 y 14)	Lip. (g)	20,12
	PATATAS FRITAS	CON PATATAS	CON ENSALADA (14)	ENSALADA CON ATUN (4 y 14)	FRUTA	HdeC (g)	81,62
	FRUTA	NATILLAS CASERAS (2 y 3)	FRUTA	LACTEO (2)- Fruta	FRUTA		
Vaso de leche con tostada de pan blanco con margarina, mermelada y zumo de naranja natural	Vaso de leche con galletas integrales y fruta	Vaso de leche con cacao, copos de arroz inflado y zumo de naranja natural	Vaso de leche con pan integral fresco con aceite de oliva virgen y fruta	Vaso de leche con cacao, galletas tipo maría y zumo de naranja natural	Recomendaciones		
PESCADO DEL DIA AL PAPILOTE CON PIMIENTOS ASADOS	SANDWICH VEGETAL	ENSALADA COMPLETA	SAN JACOBO CASERO CON ARROZ Y TOMATE	BERENJENA RELLENA CON SU PROPIA CARNE Y VERDURAS			
	FRUTA	LACTEO	LACTEO	LACTEO	LACTEO		