



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		<b>1</b>	<b>2</b> Kcal 1106 HC 125 Lip 54 Prot 29	<b>3</b> Kcal 606 HC 76 Lip 22 Prot 29
		FIESTA	Lentejas con verduras locales Salchichas frescas de ave cocidas con patatas chips Fruta fresca	 Crema de calabaza local Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca
			Verdura - Pescado - Yogur	Arroz - Carne - Yogur
<b>6</b>	<b>7</b> Kcal 1028 HC 76 Lip 55 Prot 60	<b>8</b> Kcal 786 HC 101 Lip 19 Prot 57	<b>9</b> Kcal 604 HC 69 Lip 23 Prot 34	<b>10</b> Kcal 704 HC 98 Lip 23 Prot 31
FIESTA	 Patatas en salsa verde Muslo de pollo asado con patatas fritas Quesito la vaca que ríe con membrillo	 Alubias blancas con calabaza local Bacalao a la romana con pimientos rojos Fruta fresca	 Crema de puerros y espinacas Lomo de sajonia con ensalada Fruta fresca	Macarrones con tomate Tortilla vegetal al horno con ensalada Fruta fresca
	Crema - Pescado - Fruta	Verdura - Carne - Yogur	Arroz - Pescado - Yogur	Sopa - Ave - Yogur
<b>13</b> Kcal 702 HC 89 Lip 25 Prot 34	<b>14</b> Kcal 784 HC 82 Lip 38 Prot 30	<b>15</b> Kcal 737 HC 113 Lip 17 Prot 39	<b>16</b> Kcal 748 HC 100 Lip 17 Prot 53	<b>17</b> Kcal 802 HC 75 Lip 33 Prot 48
 Patatas a la riojana Merluza en salsa marinera Fruta fresca	 Crema de purreusalda Frankfurt con ensalada Fruta fresca	 Arroz con tomate Pechuga de pollo con ensalada Fruta fresca	 Garbanzos con calabaza local Pavo guisado a la jardinera Fruta fresca	 Vainas con patatas Bacalao a la romana con mahonesa Yogur bebible
Verdura - Ave - Yogur	Arroz - Pescado - Yogur	Verdura - Huevo - Yogur	Crema - Pescado - Yogur	Sopa - Carne - Fruta
<b>20</b> Kcal 769 HC 95 Lip 25 Prot 46	<b>21</b> Kcal 660 HC 78 Lip 20 Prot 43	<b>22</b> Kcal 914 HC 121 Lip 24 Prot 30	<b>23</b> Kcal 770 HC 90 Lip 36 Prot 24	<b>24</b> Kcal 759 HC 109 Lip 24 Prot 32
 Lentejas estofadas Merluza a la romana con ensalada Fruta fresca	 Crema de calabaza con picatostes integrales Lomo fresco con calabacín y zanahoria Natillas	Paella de carne Medallon de bonito a la riojana Fruta fresca	 Patatas guisadas Nuggets con ensalada Fruta fresca	Alubias rojas con verduras locales Tortilla de patata al horno con ensalada Fruta fresca
Verdura - Huevo - Yogur	Patata - Pescado - Fruta	Crema - Ave - Yogur	Sopa - Pescado - Yogur	Verdura - Carne - Yogur
<b>27</b> Kcal 774 HC 80 Lip 38 Prot 25	<b>28</b> Kcal 841 HC 110 Lip 35 Prot 26	<b>29</b> Kcal 697 HC 76 Lip 25 Prot 46	<b>30</b> Kcal 824 HC 106 Lip 29 Prot 41	<b>31</b> Kcal 788 HC 124 Lip 15 Prot 46
 Menestra de verduras Hamburguesa con pimientos rojos Fruta en almibar	 Garbanzos con verduras locales San jacobito con ensalada Fruta fresca	 Crema de verduras Guisado de ternera en salsa de verduras Yogur	Lentejas estofadas Tortilla de patata y atun al horno con ensalada Fruta fresca	Caracollitos bolognesa Merluza meniere Fruta fresca
Arroz - Pescado - Yogur	Crema - Carne - Yogur	Pasta - Huevo - Fruta	Verdura - Pescado - Yogur	Verdura - Ave - Lácteo