

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Arroz con verduras (judía verde, calabacín y pimiento)	Lentejas estofadas con zanahoria, ajo y cebolla	Judías verdes salteadas con ajo	Crema de calabacín y calabaza	Sopa casera de cocido con huesos de ternera y de jamón con fideos
Lomo adobado de cerdo a la plancha con calabacín al horno	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz	Albóndigas caseras de cerdo en salsa de tomate con patatas fritas	Bacalao al horno con ensalada de lechuga y tomate	Cocido completo con garbanzos, pollo, patata y morcillo de ternera
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores Fruta	Fruta

Energía: 638 kcal . Lípidos: 31,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,6 g . Hidratos de carbono: 53,6 g . Azúcares: 18,2 g . Proteínas: 29,2 g . Sal: 1,8 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento)	Macarrones gratinados con tomate	Lentejas con zanahoria y cebolla	Crema de calabacín y zanahoria
Tilapia a la plancha con lechuga	Filete de ternera a la milanesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Merluza al horno con ensalada de lechuga	Contramuslo de pollo asado en su jugo con patatas fritas	Estofado de ternera guisada con zanahoria, cebolla y patatas dado
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 576 kcal . Lípidos: 25,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,5 g . Hidratos de carbono: 43,1 g . Azúcares: 17,4 g . Proteínas: 38,6 g . Sal: 1,8 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
		Arroz con pollo	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla	Coliflor con bechamel
		Bacalao al horno con ensalada de lechuga	Tortilla de patata con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga (*)	Filete de contramuslo de pollo a la plancha
		Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 300 kcal . Lípidos: 12,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 2,2 g . Hidratos de carbono: 30,8 g . Azúcares: 10,0 g . Proteínas: 14,2 g . Sal: 1,3 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Macarrones a la carbonara (bacon, nata)	Judías verdes en salsa de tomate	Arroz con champiñones	Sopa casera de cocido con huesos de ternera y de jamón con fideos	Guisantes salteados con jamón
Halibut a la inglesa con calabacín al horno	Filete ruso de cerdo a la plancha con patatas fritas	Contramuslo de pollo al horno con ensalada lechuga, zanahoria y olivas	Cocido completo con garbanzos, pollo, patata y morcillo de ternera	Palitos de merluza rebozados con huevo y harina con empanadillas de atún con ensalada
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 715 kcal . Lípidos: 35,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,6 g . Hidratos de carbono: 59,6 g . Azúcares: 18,6 g . Proteínas: 35,0 g . Sal: 2,4 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5

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.

En todos los menus se incluye Agua y pan.



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