



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p>CREMA DE COL,PUERRO Y ZANAHORIA</p> <p>HUEVOS SANCOCHADOS CON SALSA DE TOMATE</p> <p>ARROZ PILAF</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>655,7Kcal - Prot:20,5g - Lip:22,1g - HC:90,0g AGS:4,5g - Azúcares:17,3g - Sal:1,6g</p>	<p>FABADA ASTURIANA</p> <p>CROQUETAS DE BACALAO</p> <p>ENSALADA CON ACEITUNAS</p> <p>YOGURT</p> <p>541,3Kcal - Prot:18,3g - Lip:19,0g - HC:65,2g AGS:3,1g - Azúcares:15,2g - Sal:3,2g</p>	<p>SOPA DE AVE CON FIDEOS.</p> <p>GALLO CON MOJO VERDE</p> <p>PAPAS ARRUGADAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>716,2Kcal - Prot:45,1g - Lip:28,2g - HC:68,7g AGS:8,8g - Azúcares:23,8g - Sal:1,8g</p>	<p>CREMA DE HORTALIZAS.</p> <p>TALLARINES CON POLLO EN SALSA CASERA</p> <p>YOGURT</p> <p>534,4Kcal - Prot:28,7g - Lip:16,3g - HC:64,4g AGS:4,2g - Azúcares:28,3g - Sal:11,3g</p>	<p>CALDO DE PAPAS</p> <p>TERNERA JARDINERA AL TOMILLO</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>546,2Kcal - Prot:20,7g - Lip:15,1g - HC:76,6g AGS:3,8g - Azúcares:15,1g - Sal:2,8g</p>

LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p>SOPA DE LETRAS.</p> <p>HAMBURGUESAS CON TOMATE</p> <p>PAPAS PANADERAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>548,9Kcal - Prot:15,6g - Lip:20,3g - HC:70,8g AGS:3,0g - Azúcares:19,6g - Sal:3,9g</p>	<p>CREMA DE PUERRO Y CALABAZA</p> <p>JAMONCITOS DE POLLO ASADO</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>YOGURT</p> <p>527,4Kcal - Prot:38,6g - Lip:15,5g - HC:66,1g AGS:4,1g - Azúcares:26,7g - Sal:2,1g</p>	<p><b>FESTIVO</b></p>	<p>CREMA DE ZANAHORIA.</p> <p>PAELLA DE CARNE</p> <p>YOGURT</p> <p>503,6Kcal - Prot:22,2g - Lip:13,1g - HC:70,8g AGS:4,1g - Azúcares:30,0g - Sal:1,4g</p>	<p>POTAJE DE ALUBIAS</p> <p>PIZZA MARGARITA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>531,0Kcal - Prot:32,8g - Lip:22,6g - HC:45,3g AGS:4,7g - Azúcares:13,7g - Sal:1,6g</p>

LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p>CREMA DE ACELGAS, PUERRO Y ZANAHORIA.</p> <p>ESPAGUETIS CON SALSA DE ATÚN</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>479,3Kcal - Prot:14,3g - Lip:10,5g - HC:78,0g AGS:1,5g - Azúcares:19,2g - Sal:1,3g</p>	<p>SOPA CASERA JULIANA</p> <p>CERDO CON SALSA DE MOSTAZA</p> <p>PAPAS PANADERAS FRITAS</p> <p>YOGURT</p> <p>708,9Kcal - Prot:45,8g - Lip:24,2g - HC:73,7g AGS:7,5g - Azúcares:26,1g - Sal:1,9g</p>	<p>POTAJE DE LENTEJAS</p> <p>GALLO EN SALSA</p> <p>ARROZ SALTEADO</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>622,8Kcal - Prot:26,7g - Lip:20,9g - HC:79,0g AGS:3,0g - Azúcares:12,3g - Sal:1,1g</p>	<p>CREMA HORTELANA</p> <p>CORDÓN BLEU DE PAVO</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>YOGURT</p> <p>861,7Kcal - Prot:33,4g - Lip:38,6g - HC:92,2g AGS:12,1g - Azúcares:29,7g - Sal:3,5g</p>	<p>POTAJE DE VERDURAS</p> <p>TORTILLA ESPAÑOLA AL HORNO</p> <p>ZANAHORIAS EN RODAJA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>472,1Kcal - Prot:28,6g - Lip:9,0g - HC:61,0g AGS:1,2g - Azúcares:13,4g - Sal:1,4g</p>

LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<p>POTAJE DE BERROS</p> <p>MERLUZA EMPANADA</p> <p>TOMATES ALIÑADOS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>464,2Kcal - Prot:13,3g - Lip:18,6g - HC:55,5g AGS:2,9g - Azúcares:14,1g - Sal:3,1g</p>	<p>POTAJE DE GARBANZOS</p> <p>POLLO AL AJILLO CON CHAMPIÑONES</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS SALTEADAS</p> <p>YOGURT</p> <p>558,4Kcal - Prot:33,9g - Lip:14,5g - HC:70,7g AGS:4,2g - Azúcares:25,0g - Sal:1,8g</p>	<p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA.</p> <p>CODITOS CON TOMATE Y JAMÓN</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>498,3Kcal - Prot:14,9g - Lip:11,9g - HC:78,8g AGS:2,7g - Azúcares:19,8g - Sal:1,2g</p>	<p>CREMA DE BONIATO</p> <p>PAELLA VALENCIANA</p> <p>YOGURT</p> <p>640,1Kcal - Prot:44,2g - Lip:23,6g - HC:61,5g AGS:7,2g - Azúcares:27,8g - Sal:2,1g</p>	<p>SOPA CASERA CASTELLANA</p> <p>CARNE COMPUESTA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>474,9Kcal - Prot:15,2g - Lip:7,9g - HC:81,8g AGS:1,1g - Azúcares:14,2g - Sal:1,2g</p>

LUNES 31	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>LIBRE DISPOSICIÓN</b></p>				

**Observaciones**

Las valoraciones nutricionales incluyen el consumo de una ración de pan por ingesta.

Al acompañar las comidas con pan, deberemos tener en cuenta la presencia de gluten como alérgeno (a excepción de las dietas sin gluten)

Los alérgenos del menú tienen en cuenta todos los ingredientes de cada plato y siguen el principio de máxima precaución

- 1 GLUTEN
- 3 HUEVO
- 5 MOLLUSCOS
- 7 CACAHUETES
- 9 SOJA
- 11 MOSTAZA
- 13 ALTRAMUCES
- 2 LÁCTEOS
- 4 PESCADO
- 6 CRUSTÁCEOS
- 8 FRUTOS DE CÁSCARA
- 10 SÉSAMO
- 12 APIO
- 14 AZUFRE Y SULFITO