

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>1</b> (G) TX VERDURAS CON GALLO PEDRO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 297,30 Prot: 11,02g Hidrat: 32,63g Grasas: 13,24g Sat: 2,87g Azúc: 20,20g Sal: 0,14g	<b>2</b> (G) TX DE VERDURAS, ARROZ Y POLLO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 452,11 Prot: 13,41g Hidrat: 68,88g Grasas: 13,27g Sat: 2,87g Azúc: 21,47g Sal: 0,41g	<b>3</b> (G) TX ACELGAS ESPARRAGADAS (garbanzos, zanahoria, tomate, pimienta) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 337,67 Prot: 8,95g Hidrat: 43,29g Grasas: 14,42g Sat: 2,85g Azúc: 18,71g Sal: 0,41g	<b>4</b> (G) CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y HUEVO (cebolla, patata, aceite) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 395,75 Prot: 11,10g Hidrat: 54,21g Grasas: 14,71g Sat: 3,41g Azúc: 22,98g Sal: 0,14g	<b>5</b> (G) TX LENTEJAS CON ARROZ (patata, tomate, cebolla, zanahoria, ajo, j.verde) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 368,37 Prot: 14,17g Hidrat: 56,73g Grasas: 8,46g Sat: 2,23g Azúc: 20,43g Sal: 0,44g
<b>8</b> (G) TX VERDURA CON ABADEJO (patata, cebolla, zanahoria, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 293,30 Prot: 12,68g Hidrat: 30,73g Grasas: 12,91g Sat: 2,83g Azúc: 20,11g Sal: 0,14g	<b>9</b> (G) TX COCIDO ANDALUZ (huesos, carcasa, apio, garbanzo puerro, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 228,66 Prot: 8,84g Hidrat: 38,63g Grasas: 4,62g Sat: 1,46g Azúc: 19,04g Sal: 0,40g	<b>10</b> (G) TX GUISILLO DE POLLO (patata, pimienta, zanahoria, cebolla) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 361,71 Prot: 13,89g Hidrat: 57,12g Grasas: 8,11g Sat: 2,16g Azúc: 19,99g Sal: 0,56g	<b>11</b> (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata, pimienta, tomate, cebolla, laurel, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 442,43 Prot: 14,05g Hidrat: 62,82g Grasas: 13,28g Sat: 2,90g Azúc: 20,59g Sal: 0,47g	<b>12</b> (G) CREMA DE CALABAZA CON TERNERA (patata, aceite...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 285,10 Prot: 6,69g Hidrat: 36,13g Grasas: 12,71g Sat: 2,78g Azúc: 20,81g Sal: 0,14g
<b>15</b> (G) TX GARBANZOS CON ARROZ (patata, j.verdes, pimienta, cebolla, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 342,08 Prot: 10,25g Hidrat: 53,23g Grasas: 10,36g Sat: 2,21g Azúc: 19,28g Sal: 0,37g	<b>16</b> (G) TX VERDURA CON POLLO (patata, calabacín...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 384,00 Prot: 14,27g Hidrat: 51,28g Grasas: 13,14g Sat: 2,88g Azúc: 20,68g Sal: 0,59g	<b>17</b> (G) TX VERDURAS CON GALLO PEDRO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 297,30 Prot: 11,02g Hidrat: 32,63g Grasas: 13,24g Sat: 2,87g Azúc: 20,20g Sal: 0,14g	<b>18</b> (G) CREMA DE CALABACÍN CON HUEVO (patata, cebolla, aceite...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 420,90 Prot: 13,83g Hidrat: 52,88g Grasas: 16,52g Sat: 4,03g Azúc: 21,23g Sal: 0,14g	<b>19</b> (G) TX LENTEJAS CON VERDURAS (patata, tomate, zanahoria, j.verde, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 446,00 Prot: 16,94g Hidrat: 61,54g Grasas: 13,44g Sat: 2,94g Azúc: 21,69g Sal: 0,50g
<b>22</b> (G) TX GUIISO DE MERLUZA (cebolla, patata, pimienta, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 281,11 Prot: 11,58g Hidrat: 38,96g Grasas: 8,27g Sat: 2,17g Azúc: 19,07g Sal: 0,20g	<b>23</b> (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata, pimienta, tomate, cebolla, laurel, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 442,43 Prot: 14,05g Hidrat: 62,82g Grasas: 13,28g Sat: 2,90g Azúc: 20,59g Sal: 0,47g	<b>24</b> (G) TX CAZUELA DE FIDEOS CON ABADEJO (tomate, pimienta, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 284,67 Prot: 12,67g Hidrat: 38,55g Grasas: 8,24g Sat: 2,22g Azúc: 18,64g Sal: 0,54g	<b>25</b> (G) CREMA DE VERDURAS CON HUEVO (patata, zanahoria, calabacín...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 299,00 Prot: 9,67g Hidrat: 42,51g Grasas: 9,57g Sat: 2,71g Azúc: 20,78g Sal: 0,14g	<b>26</b> (G) TX POTAJE DE CALABAZA CON GARBANZOS (patata, tomate, pimienta, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 318,36 Prot: 9,57g Hidrat: 48,82g Grasas: 9,80g Sat: 2,16g Azúc: 20,38g Sal: 0,48g
<b>29</b> (G) CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y HUEVO (cebolla, patata, aceite) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 395,75 Prot: 11,10g Hidrat: 54,21g Grasas: 14,71g Sat: 3,41g Azúc: 22,98g Sal: 0,14g	<b>30</b> (G) TX LENTEJAS CON VERDURAS (patata, tomate, zanahoria, j.verde, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 446,00 Prot: 16,94g Hidrat: 61,54g Grasas: 13,44g Sat: 2,94g Azúc: 21,69g Sal: 0,50g	<b>31</b> (G) TX COCIDO CON BERZA (patata, j.verde, garbanzo, hueso, carcasa) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 191,98 Prot: 7,93g Hidrat: 30,66g Grasas: 3,79g Sat: 1,42g Azúc: 17,34g Sal: 0,22g	<b>4</b>	<b>5</b>

**GLUTEN**
**HUEVO**
**PESCADO**
**MOLUSCO**
**SOJA**
**ALTRAMUCES**
**LECHE**
**SÉSAMO**
**FRUTOS DE CÁSCARA**
**APIO**
**MOSTAZA**
**SULFITOS**
**CACAHUETE**
**CRUSTÁCEOS**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>1</b> (G) TX VERDURAS CON GALLO PEDRO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 297,30 Prot: 11,02g Hidrat: 32,63g Grasas: 13,24g Sat: 2,87g Azúc: 20,20g Sal: 0,14g	<b>2</b> (G) TX DE VERDURAS, ARROZ Y POLLO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 452,11 Prot: 13,41g Hidrat: 68,88g Grasas: 13,27g Sat: 2,87g Azúc: 21,47g Sal: 0,41g	<b>3</b> (G) TX POTAJE SIN CARNE (patata, garbanzo, j.verde, apio, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 265,05 Prot: 9,85g Hidrat: 45,80g Grasas: 5,18g Sat: 1,48g Azúc: 19,68g Sal: 0,34g	<b>4</b> (G) CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y HUEVO (cebolla, patata, aceite) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 395,75 Prot: 11,10g Hidrat: 54,21g Grasas: 14,71g Sat: 3,41g Azúc: 22,98g Sal: 0,14g	<b>5</b> (G) TX LENTEJAS CON ARROZ (patata, tomate,cebolla, zanahoria, ajo, j.verde) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 368,37 Prot: 14,17g Hidrat: 56,73g Grasas: 8,46g Sat: 2,23g Azúc: 20,43g Sal: 0,44g
<b>8</b> (G) TX DE VERDURAS, ARROZ Y POLLO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 452,11 Prot: 13,41g Hidrat: 68,88g Grasas: 13,27g Sat: 2,87g Azúc: 21,47g Sal: 0,41g	<b>9</b> (G) TX COCIDO CON VERDURAS SIN CARNE (garbanzo, j.verde, patata, puerro) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 211,27 Prot: 7,65g Hidrat: 36,26g Grasas: 4,07g Sat: 1,44g Azúc: 17,99g Sal: 0,26g	<b>10</b> (G) TX GUISILLO DE POLLO (patata, pimienta, zanahoria, cebolla) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 361,71 Prot: 13,89g Hidrat: 57,12g Grasas: 8,11g Sat: 2,16g Azúc: 19,99g Sal: 0,56g	<b>11</b> (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata,pimiento, tomate, cebolla, laurel, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 442,43 Prot: 14,05g Hidrat: 62,82g Grasas: 13,28g Sat: 2,90g Azúc: 20,59g Sal: 0,47g	<b>12</b> (G) CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y HUEVO (cebolla, patata, aceite) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 395,75 Prot: 11,10g Hidrat: 54,21g Grasas: 14,71g Sat: 3,41g Azúc: 22,98g Sal: 0,14g
<b>15</b> (G) TX GARBANZOS CON ARROZ (patata, j.verdes, pimienta, cebolla, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 342,08 Prot: 10,25g Hidrat: 53,23g Grasas: 10,36g Sat: 2,21g Azúc: 19,28g Sal: 0,37g	<b>16</b> (G) TX VERDURA CON POLLO (patata, calabacín...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 384,00 Prot: 14,27g Hidrat: 51,28g Grasas: 13,14g Sat: 2,88g Azúc: 20,68g Sal: 0,59g	<b>17</b> (G) TX VERDURAS CON GALLO PEDRO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 297,30 Prot: 11,02g Hidrat: 32,63g Grasas: 13,24g Sat: 2,87g Azúc: 20,20g Sal: 0,14g	<b>18</b> (G) CREMA DE CALABACÍN CON HUEVO (patata, cebolla, aceite...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 420,90 Prot: 13,83g Hidrat: 52,88g Grasas: 16,52g Sat: 4,03g Azúc: 21,23g Sal: 0,14g	<b>19</b> (G) TX LENTEJAS CON VERDURAS (patata, tomate, zanahoria, j.verde, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 446,00 Prot: 16,94g Hidrat: 61,54g Grasas: 13,44g Sat: 2,94g Azúc: 21,69g Sal: 0,50g
<b>22</b> (G) TX GUIISO DE MERLUZA (cebolla, patata, pimienta, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 281,11 Prot: 11,58g Hidrat: 38,96g Grasas: 8,27g Sat: 2,17g Azúc: 19,07g Sal: 0,20g	<b>23</b> (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata,pimiento, tomate, cebolla, laurel, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 442,43 Prot: 14,05g Hidrat: 62,82g Grasas: 13,28g Sat: 2,90g Azúc: 20,59g Sal: 0,47g	<b>24</b> (G) TX VERDURA CON ABADEJO (patata, cebolla, zanahoria, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 293,30 Prot: 12,68g Hidrat: 30,73g Grasas: 12,91g Sat: 2,83g Azúc: 20,11g Sal: 0,14g	<b>25</b> (G) CREMA DE VERDURAS CON HUEVO (patata, zanahoria, calabacín...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 299,00 Prot: 9,67g Hidrat: 42,51g Grasas: 9,57g Sat: 2,71g Azúc: 20,78g Sal: 0,14g	<b>26</b> (G) TX POTAJE DE CALABAZA CON GARBANZOS (patata, tomate, pimienta, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 318,36 Prot: 9,57g Hidrat: 48,82g Grasas: 9,80g Sat: 2,16g Azúc: 20,38g Sal: 0,48g
<b>29</b> (G) CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y HUEVO (cebolla, patata, aceite) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 395,75 Prot: 11,10g Hidrat: 54,21g Grasas: 14,71g Sat: 3,41g Azúc: 22,98g Sal: 0,14g	<b>30</b> (G) TX LENTEJAS CON VERDURAS (patata, tomate, zanahoria, j.verde, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 446,00 Prot: 16,94g Hidrat: 61,54g Grasas: 13,44g Sat: 2,94g Azúc: 21,69g Sal: 0,50g	<b>31</b> (G) TX COCIDO CON VERDURAS SIN CARNE (garbanzo, j.verde, patata, puerro) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 211,27 Prot: 7,65g Hidrat: 36,26g Grasas: 4,07g Sat: 1,44g Azúc: 17,99g Sal: 0,26g	<b>4</b>	<b>5</b>

**GLUTEN**
**HUEVO**
**PESCADO**
**MOLUSCO**
**SOJA**
**ALTRAMUCES**
**LECHE**
**SÉSAMO**
**FRUTOS DE CÁSCARA**
**APIO**
**MOSTAZA**
**SULFITOS**
**CACAHUETE**
**CRUSTÁCEOS**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>1</b> (G) CODITOS BOLOÑESA  (G) CROQUETAS DE POLLO  (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO  Kcal: 558,90 Prot: 13,87g Hidrat: 72,98g Grasas: 25,74g Sat: 5,24g Azúc: 12,31g Sal: 1,87g	<b>2</b> (G) CAZUELA DE ARROZ CON POLLO (tomate, guisante, carcasa, laurel, ajos) (G) GALLO PEDRO AL HORNO  (G) PISTO DE VERDURAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO  Kcal: 602,68 Prot: 20,47g Hidrat: 89,70g Grasas: 18,23g Sat: 2,43g Azúc: 16,94g Sal: 1,98g	<b>3</b> (G) ACELGAS ESPARRAGADAS (patata, garbanzos, almendras, pimiento, cebolla)  (G) HAMBURGUESA DE POLLO PLANCHA (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO  Kcal: 505,66 Prot: 19,04g Hidrat: 55,67g Grasas: 23,37g Sat: 6,78g Azúc: 9,97g Sal: 1,80g	<b>4</b> (G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla) (G) LOMO SAJONIA AL HORNO (G) PATATAS FRITAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO  Kcal: 538,85 Prot: 15,08g Hidrat: 68,85g Grasas: 22,83g Sat: 3,19g Azúc: 18,61g Sal: 2,08g	<b>5</b> (G) LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS (patata, zanahoria, tomate, pimiento) (G) TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN AL HORNO (G) ZANAHORIAS BABY (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL  Kcal: 559,87 Prot: 19,61g Hidrat: 83,63g Grasas: 15,00g Sat: 3,21g Azúc: 24,54g Sal: 2,29g
<b>8</b> (G) ARROZ CON TOMATE FRITO (G) SALCHICHAS FRANKFURT HORNO  (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO  Kcal: 447,27 Prot: 8,66g Hidrat: 65,39g Grasas: 18,25g Sat: 2,93g Azúc: 8,89g Sal: 1,24g	<b>9</b> (G) CÒCIDO ANDALUZ (j.verdes, garbanzo, zanahoria, puerro, carcasa)  (G) SAN JACOBOS  (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO  Kcal: 468,95 Prot: 13,91g Hidrat: 70,77g Grasas: 15,44g Sat: 2,19g Azúc: 10,37g Sal: 1,73g	<b>10</b> (G) GUISILLO DE POLLO (cebolla, pimiento, carcasa, guisantes, patata) (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO  Kcal: 503,76 Prot: 19,71g Hidrat: 72,79g Grasas: 14,44g Sat: 2,62g Azúc: 11,78g Sal: 2,10g	<b>11</b> (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) GALLO PEDRO FRITO (harina, aceite)  (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO  Kcal: 483,33 Prot: 22,64g Hidrat: 67,22g Grasas: 12,63g Sat: 1,49g Azúc: 14,50g Sal: 1,10g	<b>12</b> (G) CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla, patata, calabaza) (G) POLLO AMARILLO (ajo, aceite, h.provenzales) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL  Kcal: 532,90 Prot: 18,00g Hidrat: 71,01g Grasas: 19,72g Sat: 3,83g Azúc: 24,17g Sal: 2,10g
<b>15</b> (G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimiento, ajo, tomate)  (G) LOMO ADOBADO AL HORNO (G) MENESTRA DE VERDURAS COCIDA (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO  Kcal: 489,75 Prot: 15,26g Hidrat: 69,85g Grasas: 17,33g Sat: 3,03g Azúc: 9,77g Sal: 2,30g	<b>16</b> (G) SOPA DE LLUVIA CON POLLO (carcasa, huesos, puerro, apio, zanahoria)  (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO  Kcal: 413,70 Prot: 12,47g Hidrat: 60,98g Grasas: 12,57g Sat: 2,14g Azúc: 8,27g Sal: 2,54g	<b>17</b> (G) MACARRONES CON TOMATE Y ATÚN  (G) PALETA COCIDA Y QUESO EDAM  (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO  Kcal: 417,20 Prot: 18,04g Hidrat: 59,05g Grasas: 12,89g Sat: 3,81g Azúc: 11,11g Sal: 1,73g	<b>18</b> (G) CREMA DE CALABACÍN (patata, cebolla, aceite) (G) ALBÓNDIGAS JARDINERA (champiñón, guisante, pimiento, zanahoria, ajos)  (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO  Kcal: 430,90 Prot: 10,62g Hidrat: 68,06g Grasas: 14,02g Sat: 4,12g Azúc: 17,34g Sal: 1,73g	<b>19</b> (G) LENTEJAS CON VERDURAS (patata, j.verdes, cebolla, pimiento, ajo, laurel) (G) MERLUZA EN SALSA (tomate, pimiento, cebolla, laurel, aceite)  (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL  Kcal: 577,92 Prot: 29,64g Hidrat: 73,90g Grasas: 18,30g Sat: 3,25g Azúc: 25,25g Sal: 2,04g
<b>22</b> (G) GUIZO DE MERLUZA (patata, cebolla, pimiento, laurel, tomate)  (G) BUÑUELOS DE BACALAO  (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO  Kcal: 506,51 Prot: 13,34g Hidrat: 74,38g Grasas: 17,06g Sat: 2,05g Azúc: 10,28g Sal: 2,29g	<b>23</b> (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) LOMO SAJONIA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO  Kcal: 448,93 Prot: 18,74g Hidrat: 61,62g Grasas: 13,05g Sat: 2,16g Azúc: 9,90g Sal: 1,79g	<b>24</b> (G) CAZUELA DE FIDEOS CON ABADAJE (patata, tomate, pimiento, cebolla, limón)  (G) CROQUETAS DE POLLO  (G) ARROZ SALTEADO (cebolla, aceite) (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO  Kcal: 582,22 Prot: 15,22g Hidrat: 75,31g Grasas: 22,70g Sat: 3,52g Azúc: 13,70g Sal: 2,16g	<b>25</b> (G) CREMA DE VERDURAS (patata, calabacín, cebolla, zanahoria) (G) POLLO EN SALSA DE TOMATE (cebolla, aceite, ajo, orégano) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO  Kcal: 524,89 Prot: 16,80g Hidrat: 80,91g Grasas: 14,82g Sat: 1,98g Azúc: 18,35g Sal: 2,02g	<b>26</b> (G) POTAJE DE CALABAZA CON GARBANZOS (patata, tomate, zanahoria, pimiento)  (G) ABADAJE EN SALSA (tomate, pimiento, cebolla, laurel, aceite)  (G) YOGUR DE FRUTAS  (G) PAN INTEGRAL  Kcal: 552,48 Prot: 25,76g Hidrat: 73,02g Grasas: 18,99g Sat: 3,10g Azúc: 25,41g Sal: 2,08g
<b>29</b> (G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla) (G) ALBÓNDIGAS JARDINERA (champiñón, guisante, pimiento, zanahoria, ajos)  (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO  Kcal: 454,45 Prot: 9,47g Hidrat: 60,36g Grasas: 20,96g Sat: 5,10g Azúc: 14,01g Sal: 1,73g	<b>30</b> (G) LENTEJAS CON VERDURAS (patata, j.verdes, cebolla, pimiento, ajo, laurel) (G) MERLUZA RIOJANA (tomate, pimiento, cebolla, aceite, ajos)  (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO  Kcal: 497,15 Prot: 24,03g Hidrat: 69,63g Grasas: 12,93g Sat: 1,73g Azúc: 12,52g Sal: 1,68g	<b>31</b> (G) COCIDO CON BERZA (patata, j.tiernas, huesos, carcasa, zanahoria)  (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO  (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO  Kcal: 427,65 Prot: 13,59g Hidrat: 59,30g Grasas: 14,98g Sat: 2,11g Azúc: 11,26g Sal: 2,30g	<b>4</b>	<b>5</b>

GLUTEN
 HUEVO
 PESCADO
 MOLUSCO
 SOJA
 ALTRAMUCES
 LECHE
 SÉSAMO
 FRUTOS DE CÁSCARA
 APIO
 MOSTAZA
 SULFITOS
 CACAHUETE
 CRUSTÁCEOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>1</b></p> <p>(G) CODITOS BOLOÑESA</p> <p>(A) CROQUETAS DE POLLO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 606,40 Prot: 15,37g Hidrat: 84,28g Grasas: 23,84g Sat: 6,07g Azúc: 15,01g Sal: 2,55g</p>	<p><b>2</b></p> <p>(A) GUIISO CON JIBIA (potón, guisantes, tomate, cebolla, vino)</p> <p>(G) GALLO PEDRO AL HORNO</p> <p>(G) PISTO DE VERDURAS</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 599,13 Prot: 23,23g Hidrat: 86,22g Grasas: 17,70g Sat: 2,32g Azúc: 17,49g Sal: 2,10g</p>	<p><b>3</b></p> <p>(G) ACELGAS ESPARRAGADAS (patata, garbanzos, almendras, pimienta, cebolla)</p> <p>(A) HAMBURGUESA DE POLLO PLANCHA</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 539,56 Prot: 21,50g Hidrat: 55,87g Grasas: 25,95g Sat: 8,12g Azúc: 10,09g Sal: 1,98g</p>	<p><b>4</b></p> <p>(G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla)</p> <p>(A) LOMO SAJONIA CON PIMENTÓN AL HORNO</p> <p>(G) PATATAS FRITAS</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 578,15 Prot: 22,69g Hidrat: 71,48g Grasas: 22,61g Sat: 3,51g Azúc: 19,51g Sal: 3,08g</p>	<p><b>5</b></p> <p>(G) LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS (patata, zanahoria, tomate, pimienta)</p> <p>(A) TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN AL HORNO</p> <p>(G) ZANAHORIAS BABY</p> <p>(G) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(G) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 706,62 Prot: 24,61g Hidrat: 97,38g Grasas: 22,00g Sat: 4,29g Azúc: 25,92g Sal: 3,92g</p>
<p><b>8</b></p> <p>(G) ARROZ CON TOMATE FRITO</p> <p>(A) SALCHICHAS FRANKFURT HORNO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 593,87 Prot: 17,86g Hidrat: 68,99g Grasas: 28,85g Sat: 7,67g Azúc: 9,29g Sal: 2,68g</p>	<p><b>9</b></p> <p>(G) CÒCIDO ANDALUZ (j.verdes, garbanzo, zanahoria, puerro, carcasa)</p> <p>(A) SAN JACOBO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 585,95 Prot: 23,41g Hidrat: 92,77g Grasas: 14,54g Sat: 4,04g Azúc: 11,77g Sal: 3,23g</p>	<p><b>10</b></p> <p>(G) GUISILLO DE POLLO (cebolla, pimienta, carcasa, guisantes, patata)</p> <p>(A) TORTILLA FRANCESA AL HORNO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 503,76 Prot: 19,71g Hidrat: 72,79g Grasas: 14,44g Sat: 2,62g Azúc: 11,78g Sal: 2,10g</p>	<p><b>11</b></p> <p>(G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo)</p> <p>(G) GALLO PEDRO FRITO (harina, aceite)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 483,33 Prot: 22,64g Hidrat: 67,22g Grasas: 12,63g Sat: 1,49g Azúc: 14,50g Sal: 1,10g</p>	<p><b>12</b></p> <p>(G) CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla, patata, calabaza)</p> <p>(A) JAMONCITOS POLLO EN AMARILLO (ajos, orégano, hierbas provenzales)</p> <p>(G) PATATAS HORNO (aceite, laurel)</p> <p>(G) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(G) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 573,10 Prot: 27,84g Hidrat: 62,07g Grasas: 22,91g Sat: 4,92g Azúc: 24,12g Sal: 1,35g</p>
<p><b>15</b></p> <p>(G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, tomate)</p> <p>(A) LOMO ADOBADO AL HORNO</p> <p>(G) MENESTRA DE VERDURAS COCIDA</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 617,45 Prot: 24,22g Hidrat: 73,21g Grasas: 26,09g Sat: 5,48g Azúc: 10,33g Sal: 3,77g</p>	<p><b>16</b></p> <p>(G) SOPA DE LLUVIA CON POLLO (carcasa, huesos, puerro, apio, zanahoria)</p> <p>(A) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 524,20 Prot: 15,87g Hidrat: 70,33g Grasas: 18,52g Sat: 3,33g Azúc: 9,12g Sal: 3,76g</p>	<p><b>17</b></p> <p>(G) MACARRONES CON TOMATE Y ATÚN</p> <p>(A) PALETA COCIDA Y QUESO EDAM</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 530,60 Prot: 27,66g Hidrat: 59,25g Grasas: 21,08g Sat: 9,12g Azúc: 11,31g Sal: 2,29g</p>	<p><b>18</b></p> <p>(G) CREMA DE CALABACÍN (patata, cebolla, aceite)</p> <p>(A) ALBÓNDIGAS JARDINERA (tomate, champiñón, guisante, zanahoria, cebolla)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 595,85 Prot: 16,04g Hidrat: 76,60g Grasas: 28,48g Sat: 9,78g Azúc: 20,30g Sal: 2,56g</p>	<p><b>19</b></p> <p>(G) LENTEJAS CON VERDURAS (patata, j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, laurel)</p> <p>(G) MERLUZA EN SALSA (tomate, pimienta, cebolla, laurel, aceite)</p> <p>(G) ZANAHORIAS BABY</p> <p>(G) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(G) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 595,32 Prot: 29,88g Hidrat: 75,70g Grasas: 19,36g Sat: 3,39g Azúc: 26,53g Sal: 2,34g</p>
<p><b>22</b></p> <p>(G) GUIISO DE MERLUZA (patata, cebolla, pimienta, laurel, tomate)</p> <p>(A) BUÑUELOS DE BACALAO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 506,51 Prot: 13,34g Hidrat: 74,38g Grasas: 17,06g Sat: 2,05g Azúc: 10,28g Sal: 3,77g</p>	<p><b>23</b></p> <p>(G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo)</p> <p>(A) PALETA COCIDA Y QUESO EDAM</p> <p>(G) ARROZ SALTEADO (cebolla, aceite)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 596,04 Prot: 26,21g Hidrat: 72,43g Grasas: 21,28g Sat: 8,89g Azúc: 10,10g Sal: 2,19g</p>	<p><b>24</b></p> <p>(G) CAZUELA DE FIDEOS CON ABADAJEJO (patata, tomate, pimienta, cebolla, limón)</p> <p>(A) CROQUETAS DE POLLO</p> <p>(G) PATATAS FRITAS</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 615,91 Prot: 16,10g Hidrat: 79,55g Grasas: 22,55g Sat: 4,35g Azúc: 15,86g Sal: 2,84g</p>	<p><b>25</b></p> <p>(G) CREMA DE VERDURAS (patata, calabacín, cebolla, zanahoria)</p> <p>(A) JAMONCITOS POLLO EN SALSA DE TOMATE (cebolla, aceite, ajos)</p> <p>(G) PATATAS HORNO (aceite, laurel)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (PL)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 612,28 Prot: 25,82g Hidrat: 92,30g Grasas: 15,50g Sat: 2,10g Azúc: 18,72g Sal: 2,64g</p>	<p><b>26</b></p> <p>(G) POTAJE DE CALABAZA CON GARBANZOS (patata, tomate, zanahoria, pimienta)</p> <p>(A) CAZÓN EN SALSA VERDE (ajo, perejil, aceite)</p> <p>(G) YOGUR DE FRUTAS</p> <p>(G) PAN INTEGRAL</p> <p>Kcal: 597,88 Prot: 33,56g Hidrat: 70,86g Grasas: 20,49g Sat: 4,34g Azúc: 22,66g Sal: 1,38g</p>
<p><b>29</b></p> <p>(G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla)</p> <p>(A) ALBÓNDIGAS JARDINERA (tomate, champiñón, guisante, zanahoria, cebolla)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (M)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 619,40 Prot: 14,89g Hidrat: 68,90g Grasas: 35,42g Sat: 10,76g Azúc: 16,97g Sal: 2,56g</p>	<p><b>30</b></p> <p>(G) LENTEJAS CON VERDURAS (patata, j.verdes, cebolla, pimienta, ajo, laurel)</p> <p>(A) MERLUZA A LA RIOJANA (tomate, pimienta, cebolla, aceite, ajo)</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (P)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 566,15 Prot: 34,84g Hidrat: 72,56g Grasas: 14,42g Sat: 1,91g Azúc: 14,62g Sal: 1,88g</p>	<p><b>31</b></p> <p>(G) CÒCIDO ANDALUZ (j.verdes, garbanzo, zanahoria, puerro, carcasa)</p> <p>(A) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO</p> <p>(G) FRUTA DE TEMPORADA (N)</p> <p>(G) PAN BLANCO</p> <p>Kcal: 513,55 Prot: 16,65g Hidrat: 75,52g Grasas: 15,50g Sat: 2,59g Azúc: 13,17g Sal: 3,50g</p>	<p><b>4</b></p>	<p><b>5</b></p>

GLUTEN
HUEVO
PESCADO
MOLUSCO
SOJA
ALTRAMUCES
LECHE
SÉSAMO
FRUTOS DE CÁSCARA
APIO
MOSTAZA
SULFITOS
CACAHUETE
CRUSTÁCEOS