

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

<p><b>10</b></p> <p>Espirales con tomate Empanadillas de atún Ensalada de lechuga y tomate Melocotón en almíbar Pan</p> <p>832 Kcal 23,2g Prot 29,2g Lip 116,2g Hc</p>	<p><b>11</b></p> <p>Patatas a la riojana Albóndigas de ternera y cerdo en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan</p> <p>699 Kcal 23,1g Prot 36,1g Lip 69,9g Hc</p>	<p><b>12</b></p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Yogur sabor Pan</p> <p>678 Kcal 32,6g Prot 30,5g Lip 73,2g Hc</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de calabacín Filete de merluza en salsa de pimientos Fruta del tiempo Pan</p> <p>365 Kcal 20,6g Prot 5,4g Lip 58,9g Hc</p>	<p><b>14</b></p> <p>Arroz a la milanesa Tortilla francesa Ensalada de lechuga Yogur sabor Pan</p> <p>666 Kcal 22,1g Prot 22,1g Lip 91,1g Hc</p>
<p><b>16</b></p> <p>Judías verdes con jamón Burger meat mixta a la plancha Ensalada de tomate, queso y orégano Fruta del tiempo Pan</p> <p>505 Kcal 29,5g Prot 27,1g Lip 39g Hc</p>	<p><b>17</b></p> <p>Crema de calabaza Jamoncitos de pollo asados Champiñón salteado Fruta del tiempo Pan</p> <p>526 Kcal 41,2g Prot 16,9g Lip 52,7g Hc</p>	<p><b>18</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Croquetas de bacalao Ensalada de lechuga Yogur sabor Pan</p> <p>724 Kcal 18,3g Prot 19,8g Lip 114g Hc</p>	<p><b>19</b></p> <p>Lentejas a la riojana Lacón con aceite y pimentón Cachelos Fruta del tiempo Pan</p> <p>649 Kcal 41,4g Prot 20,5g Lip 77,4g Hc</p>	<p><b>20</b></p> <p>Macarrones boloñesa Huevo frito Patatas fritas Yogur sabor Pan</p> <p>789 Kcal 31,4g Prot 31,8g Lip 94,7g Hc</p>
<p><b>23</b></p> <p>Patatas con verdura Escalope de cerdo Tomate concassé Fruta del tiempo Pan</p> <p>633 Kcal 27,1g Prot 27,2g Lip 69,3g Hc</p>	<p><b>24</b></p> <p>Espaguetis carbonara Merluza a la romana Ensalada de lechuga y maíz Fruta del tiempo Pan</p> <p>620 Kcal 28,6g Prot 15,9g Lip 88g Hc</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de zanahoria Salchichas de pollo y pavo al grill Patatas dado Yogur sabor Pan</p> <p>663 Kcal 33,7g Prot 25g Lip 73g Hc</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de estrellas Tortilla francesa con jamón york Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta del tiempo Pan</p> <p>532 Kcal 15,5g Prot 29,4g Lip 49,4g Hc</p>	<p><b>27</b></p> <p>Alubias pintas con arroz Varitas de merluza Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur sabor Pan</p> <p>771 Kcal 32,7g Prot 32,7g Lip 95,3g Hc</p>
<p><b>30</b></p> <p>Lentejas con verduras Huevo frito Salsa de tomate Fruta del tiempo Pan</p> <p>563 Kcal 31,2g Prot 21,4g Lip 66,9g Hc</p>	<p><b>31</b></p> <p>Arroz tres delicias Abadejo en salsa marinera Ensalada de lechuga y manzana Fruta del tiempo Pan</p> <p>618 Kcal 26g Prot 10,5g Lip 103,1g Hc</p>			

