

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

Crema de calabacín
Albóndigas mixtas de ternera y cerdo con salsa de verduras
Fruta fresca
Pan
Kcal: 624,94 Prot: 18,32 Lip: 24,74 HC: 77,76

2

Lentejas campesinas
Filete de fogueiro en salsa marinera
Yogur
Pan
Kcal: 595,37 Prot: 37,20 Lip: 13,19 HC: 76,94

3

Arroz con salsa de tomate
Jamoncitos de pollo con patatas panaderas
Fruta fresca
Pan
Kcal: 582,61 Prot: 22,52 Lip: 12,85 HC: 91,40

4

Sopa de ave con fideos
Calamares a la romana con ensalada
Yogur
Pan
Kcal: 688,43 Prot: 30,39 Lip: 28,59 HC: 74,84

5

Potaje de alubias
Tortilla francesa con tomate aliñado
Fruta fresca
Pan
Kcal: 650,63 Prot: 32,70 Lip: 20,91 HC: 78,17

8

Patatas guisadas con chorizo
Salmón en salsa de verduras
Fruta fresca
Pan
Kcal: 670,11 Prot: 26,56 Lip: 30,89 HC: 67,57

9

Cocido andaluz
Tortilla de patatas y cebolla con ensalada
Yogur
Pan
Kcal: 824,72 Prot: 39,01 Lip: 33,54 HC: 85,76

10

Paella mediterránea
Cordon bleu de pavo con ensalada
Fruta fresca
Pan
Kcal: 864,99 Prot: 38,61 Lip: 31,28 HC: 103,19

11

Crema de verduras
Contramuslo de pollo en salsa de cebolla con patatas panaderas
Yogur
Pan
Kcal: 578,64 Prot: 31,51 Lip: 12,98 HC: 65,62

12

Lentejas con zanahoria
Bacalao en salsa de tomate
Fruta fresca
Pan
Kcal: 706,64 Prot: 42,96 Lip: 16,92 HC: 91,09

15

SEMANA SANTA

16

SEMANA SANTA

17

SEMANA SANTA

18

SEMANA SANTA

19

SEMANA SANTA

22

Coditos con salsa de tomate
Merluza empanada con ensalada
Fruta fresca
Pan
Kcal: 667,90 Prot: 22,88 Lip: 20,51 HC: 94,49

23

Garbanzos con chorizo y verduras
Pechuga de pollo en salsa de miel y mostaza
Yogur
Pan
Kcal: 947,69 Prot: 49,80 Lip: 45,32 HC: 80,38

24

Arroz con salsa de tomate
Tortilla de patatas y espinacas con ensalada
Fruta fresca
Pan
Kcal: 619,52 Prot: 14,84 Lip: 17,34 HC: 99,82

25

Crema de brócoli
Estofado de cerdo a la jardinera con patatas panaderas
Yogur
Pan
Kcal: 666,29 Prot: 45,16 Lip: 23 HC: 65,24

26

Lentejas castellanas
Palometa en salsa de verduras
Fruta fresca
Pan
Kcal: 553,76 Prot: 32,85 Lip: 11,52 HC: 73,71

29

Espaguetis con salsa de tomate
Escalope de pollo con patatas panaderas
Fruta fresca
Pan
Kcal: 661,47 Prot: 22,64 Lip: 20,36 HC: 93,59

30

Alubias blancas estofadas
Croquetas de jamón con ensalada
Yogur
Pan
Kcal: 679,71 Prot: 45,96 Lip: 17,86 HC: 76,08