



- Festivo
- 100% Vegetal
- Día especial

| Lunes                                                                                                                                                                                                                                                                      | Martes                                                                                                                                                                                                           | Miércoles                                                                                                                                                                                                                                                                      | Jueves                                                                                                                                                                                                                                                                               | Viernes                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                | <div>1</div> <div><div><div></div><div>Ekó</div></div></div> <div>Arroz con calabacín y pimiento rojo ecológicos</div> <div>Merluza en salsa verde</div> <div>Guisantes guarnición</div> <div>Plátano</div> <div>Pan integral</div> <div>Kcal. 498 h.c. 84,7 lip. 10,1 p. 18,4</div> | <div>2</div> <div>Crema de coliflor</div> <div>Guisado ribereña</div> <div>Lechuga y zanahoria</div> <div>Manzana</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 374 h.c. 46,7 lip. 10,3 p. 23,1</div>                                                       |
| <div>5</div> <div><div><div></div><div>Km0</div></div></div> <div>Crema de boniato y zanahoria</div> <div>Tortilla casera de patata y calabacín</div> <div>Lechuga</div> <div>Yogur natural</div> <div>Pan integral</div> <div>Kcal. 474 h.c. 56,1 lip. 20,2 p. 15,8</div> | <div>6</div> <div>Arroz tres delicias</div> <div>Muslo de pollo asado</div> <div>Pepino</div> <div>Mandarina</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 494 h.c. 71,0 lip. 13,6 p. 22,3</div>                        | <div>7</div> <div>Berza con patatas</div> <div>Bocados vegetales con tomate</div> <div>Plátano</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 444 h.c. 62,2 lip. 15,4 p. 14,9</div>                                                                                                    | <div>8</div> <div><div><div></div><div></div></div></div> <div>Macarrones integrales con salsa de tomate</div> <div>Abadejo al horno estilo orio con pimiento verde</div> <div>Pera</div> <div>Pan integral</div> <div>Kcal. 476 h.c. 61,4 lip. 15,1 p. 23,0</div>                   | <div>9</div> <div>Menestra de verduras de la huerta</div> <div>Lomo en salsa de pimiento asado</div> <div>Ensalada de lechuga y maíz</div> <div>Manzana</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 419 h.c. 44,5 lip. 17,1 p. 21,3</div>                 |
| <div>12</div> <div>Festivo</div>                                                                                                                                                                                                                                           | <div>13</div> <div><div><div></div><div></div></div></div> <div>Judía verde casera</div> <div>Lentejas con arroz</div> <div>Pera</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 399 h.c. 70,4 lip. 4,0 p. 17,7</div>     | <div>14</div> <div><div><div>Ekó</div><div>Km0</div></div></div> <div>Crema de brócoli ecológico</div> <div>Tortilla casera de patata y boniato</div> <div>Tomate fresco</div> <div>Yogur natural</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 477 h.c. 51,4 lip. 22,4 p. 15,9</div> | <div>15</div> <div><div><div></div></div></div> <div>Coditos con tomate</div> <div>Guisado de ternera</div> <div>Mandarina</div> <div>Pan integral</div> <div>Kcal. 456 h.c. 66,2 lip. 10,2 p. 24,6</div>                                                                            | <div>16</div> <div><div><div>Ekó</div></div></div> <div>Alubia pinta estofada con zanahoria ecológica</div> <div>Limanda rebozada</div> <div>Lechuga</div> <div>Manzana</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 666 h.c. 66,3 lip. 28,5 p. 30,2</div> |
| <div>19</div> <div><div><div></div></div></div> <div>Macarrones cocidos con salsa de queso y orégano</div> <div>Bacalao al ajoserrano</div> <div>Melón</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 401 h.c. 58,3 lip. 10,8 p. 18,2</div>                                        | <div>20</div> <div><div><div></div><div></div></div></div> <div>Panaché de verduras</div> <div>Garbanzos viudos</div> <div>Plátano</div> <div>Pan integral</div> <div>Kcal. 503 h.c. 84,7 lip. 7,5 p. 20,2</div> | <div>21</div> <div><div><div></div></div></div> <div>Arroz integral con verduras y cúrcuma</div> <div>Muslo de pollo asado a las hierbas</div> <div>Lechuga</div> <div>Manzana</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 546 h.c. 62,4 lip. 24,5 p. 19,7</div>                    | <div>22</div> <div><div><div></div><div>Km0</div></div></div> <div>Lentejas caseras</div> <div>Tortilla casera de patata</div> <div>Ensalada de lechuga y maíz</div> <div>Yogur natural</div> <div>Pan integral</div> <div>Kcal. 576 h.c. 64,7 lip. 22,5 p. 25,6</div>               | <div>23</div> <div>Crema de calabacín</div> <div>Albóndiga en salsa de champiñones</div> <div>Lechuga</div> <div>Pera</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 419 h.c. 52,5 lip. 17,4 p. 11,6</div>                                                   |
| <div>26</div> <div><div><div></div><div></div><div></div></div></div> <div>Berza con patatas</div> <div>Lentejas con puerro y zanahoria</div> <div>Manzana</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 435 h.c. 67,6 lip. 9,3 p. 17,6</div>                                     | <div>27</div> <div>Crema de calabaza</div> <div>Tortilla casera de bacalao y pimiento verde</div> <div>Lechuga</div> <div>Plátano</div> <div>Pan integral</div> <div>Kcal. 430 h.c. 59,7 lip. 15,6 p. 13,4</div> | <div>28</div> <div>Espirales con salsa de brócoli</div> <div>Lomo en salsa de pimientos del piquillo</div> <div>Lechuga y aceitunas</div> <div>Mandarina</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 566 h.c. 64,2 lip. 23,1 p. 24,9</div>                                          | <div>29</div> <div><div><div></div><div>Km0</div><div></div></div></div> <div>Arroz integral con salsa de tomate</div> <div>Filete de merluza al horno</div> <div>Verduritas</div> <div>Yogur natural</div> <div>Pan integral</div> <div>Kcal. 481 h.c. 66,0 lip. 14,8 p. 20,8</div> | <div>30</div> <div>Judía verde con patata</div> <div>Muslo de pollo asado</div> <div>Ensalada de lechuga y maíz</div> <div>Naranja</div> <div>Pan blanco</div> <div>Kcal. 339 h.c. 37,6 lip. 11,6 p. 21,0</div>                                      |