

<p>2</p> <p>Espirales de garbanzos con tomate y queso 🌱</p> <p>Merluza a la plancha 🌱</p> <p>Ensalada Nº 1</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pro: 32 Lip: 22 HC: 59 Kcal: 629</p>	<p>3</p> <p>Judías verdes con patata 🌱</p> <p>Salchichas al horno</p> <p>Ensalada Nº 2 🌱</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pro: 24 Lip: 38 HC: 58 Kcal: 692</p>	<p>4</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Huevo frito 🌱</p> <p>Ensalada Nº 3</p> <p>Pieza de fruta eco</p> <p>Pro: 12 Lip: 27 HC: 73 Kcal: 577</p>	<p>5</p> <p>Festivo</p>	<p>6</p> <p>Festivo</p>
<p>9</p> <p>Arroz al horno</p> <p>Alitas de pollo en salsa barbacoa</p> <p>Ensalada Nº 3</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pro: 23 Lip: 33 HC: 60 Kcal: 673</p>	<p>10</p> <p>Sopa de cocido con arroz</p> <p>Palometa a la plancha 🌱</p> <p>Ensalada Nº4 🌱</p> <p>Pieza de fruta eco</p> <p>Pro: 31 Lip: 18 HC: 78 Kcal: 587</p>	<p>11</p> <p>Crema de calabaza eco 🌱</p> <p>Cinta de lomo de cerdo a la riojana</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pro: 29 Lip: 23 HC: 68 Kcal: 634</p>	<p>12</p> <p>Alubias blancas con chorizo 🌱🌱</p> <p>Tortilla francesa 🌱</p> <p>Ensalada Nº 2 🌱</p> <p>Pieza de fruta eco</p> <p>Pro: 24 Lip: 25 HC: 59 Kcal: 534</p>	<p>13</p> <p>Borrajás (eco) cocidas con patatas 🌱</p> <p>Merluza al horno 🌱</p> <p>Ensalada Nº 1</p> <p>Yogur natural artesano 🌱</p> <p>Pro: 31 Lip: 34 HC: 42 Kcal: 581</p>
<p>16</p> <p>Lentejas sin gluten con arroz integral</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha</p> <p>Ensalada Nº 3</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pro: 46 Lip: 22 HC: 77 Kcal: 734</p>	<p>17</p> <p>Macarrones de guisantes con tomate y queso 🌱🌱🌱</p> <p>Salmón al horno 🌱</p> <p>Ensalada Nº 3</p> <p>Pieza de fruta eco</p> <p>Pro: 31 Lip: 25 HC: 65 Kcal: 611</p>	<p>18</p> <p>Acelgas(eco)rehogadas con patata 🌱</p> <p>Albóndigas mixtas al horno 🌱</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pro: 18 Lip: 34 HC: 48 Kcal: 599</p>	<p>19</p> <p>Paella mixta</p> <p>Tortilla francesa 🌱</p> <p>Ensalada Nº 2 🌱</p> <p>Pieza de fruta eco</p> <p>Pro: 21 Lip: 27 HC: 58 Kcal: 552</p>	<p>20</p> <p>Crema de verduras Eco 🌱</p> <p>Croquetas de patata sin gluten 🌱</p> <p>Ensalada Nº 1</p> <p>Yogur natural artesano 🌱</p> <p>Pro: 14 Lip: 26 HC: 57 Kcal: 499</p>
<p>23</p> <p>Judías verdes con patata 🌱</p> <p>Palometa al horno 🌱</p> <p>Ensalada Nº 3</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pro: 27 Lip: 27 HC: 56 Kcal: 599</p>	<p>24</p> <p>Garbanzos estofados</p> <p>Merluza a la plancha 🌱</p> <p>Ensalada Nº4 🌱</p> <p>Pieza de fruta eco</p> <p>Pro: 30 Lip: 20 HC: 66 Kcal: 560</p>	<p>25</p> <p>Col(Eco) con patata y pimentón 🌱</p> <p>Lomo de cerdo a la plancha</p> <p>Ensalada Nº 2 🌱</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Pro: 34 Lip: 35 HC: 44 Kcal: 669</p>	<p>26</p> <p>Macarrones de guisantes con tomate y queso 🌱🌱🌱</p> <p>Alitas de pollo al horno</p> <p>Pieza de fruta eco</p> <p>Pro: 32 Lip: 25 HC: 63 Kcal: 610</p>	<p>27</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Huevo frito 🌱</p> <p>Ensalada Nº 1</p> <p>Yogur natural artesano 🌱</p> <p>Pro: 17 Lip: 31 HC: 52 Kcal: 556</p>
<p>30</p> <p>Festivo</p>	<p>31</p> <p>Festivo</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div data-bbox="965 1219 1296 1442"> <p>Alianza Europea para una restauración colectiva sostenible</p> <p>MENSA CIVICA</p> </div> <div data-bbox="1397 1219 1704 1442"> <p>Maria Teresa Hernández Muñoz</p> <p>Dietista-Nutricionista</p> <p>Nº Col. ARA00463</p> </div> </div>		

ALÉRGENOS:

Altramuces
 Apio
 Cacahuets
 Gluten
 Crustáceos
 Sulfitos
 Frutos secos
 Sésamo
 Huevo
 Lácteos
 Moluscos
 Mostaza
 Pescado
 Soja