



1
Festivo

4
Macarrones integrales con tomate 🍅🍅🍅🍅
Albóndigas de merluza al horno 🍅🍅🍅🍅🍅
Ensalada Nº 1
Fruta de temporada
Pan 🍞
Pro: 24 Lip: 24 HC: 82 Kcal: 683

5
Lentejas con arroz integral 🍅
Tortilla francesa 🍳
Ensalada Nº 2 🍅
Pieza de fruta eco
Pan integral 🍞🍅🍅🍅🍅
Pro: 27 Lip: 24 HC: 78 Kcal: 627

6
Acelgas(eco)rehogadas con patata 🍅
Alitas de pollo al horno
Ensalada Nº 3
Fruta de temporada
Pan 🍞
Pro: 27 Lip: 37 HC: 62 Kcal: 715

7
Arroz tres delicias 🍅🍅🍅
Salmón al horno 🍅
Ensalada Nº4 🍅
Pieza de fruta eco
Pan integral 🍞🍅🍅🍅🍅
Pro: 31 Lip: 26 HC: 94 Kcal: 738

8
Crema de verduras Eco 🍅
Garbanzos estofados con chorizo 🍅
Yogur natural artesano 🍅
Pan 🍞
Pro: 29 Lip: 28 HC: 82 Kcal: 667

11
Arroz con tomate
Huevo frito 🍳
Ensalada Nº 3
Fruta de temporada
Pan 🍞
Pro: 16 Lip: 30 HC: 82 Kcal: 705

12
Sopa de cocido con estrellitas 🍅🍅
Merluza a la plancha 🍅
Ensalada Nº4 🍅
Pieza de fruta eco
Pan integral 🍞🍅🍅🍅🍅
Pro: 36 Lip: 33 HC: 48 Kcal: 641

13
Crema de verduras Eco 🍅
Jamoncitos de pollo al horno
Ensalada Nº 2 🍅
Fruta de temporada
Pan 🍞
Pro: 33 Lip: 24 HC: 71 Kcal: 655

14
Judías pintas estofadas
Palometa al orio 🍅
Pieza de fruta eco
Pan integral 🍞🍅🍅🍅🍅
Pro: 32 Lip: 15 HC: 97 Kcal: 640

15
Borrajás (eco) cocidas con patatas 🍅
Cinta de lomo asado con miel y mostaza 🍅
Ensalada Nº 3
Yogur natural artesano 🍅
Pan 🍞
Pro: 39 Lip: 39 HC: 54 Kcal: 724

18
Judías verdes con patata 🍅
Lentejas estofadas 🍅🍅
Fruta de temporada
Pan 🍞
Pro: 23 Lip: 20 HC: 98 Kcal: 683

19
Arroz al horno
Atún con tomate 🍅
Pieza de fruta eco
Pan integral 🍞🍅🍅🍅🍅
Pro: 29 Lip: 20 HC: 82 Kcal: 623

20
Alubias blancas estofadas con arroz integral
Tortilla francesa 🍳
Ensalada Nº 2 🍅
Fruta de temporada
Pan 🍞
Pro: 33 Lip: 22 HC: 97 Kcal: 750

21
Fideua de verduras 🍅🍅🍅🍅
Merluza al horno 🍅
Ensalada Nº 3
Pieza de fruta eco
Pan integral 🍞🍅🍅🍅🍅
Pro: 33 Lip: 21 HC: 77 Kcal: 619

22
Acelgas(eco)rehogadas con patata 🍅
Croquetas de jamón y pollo caseras 🍅🍅🍅🍅
Ensalada Nº4 🍅
Yogur natural artesano 🍅
Pan 🍞
Pro: 35 Lip: 36 HC: 83 Kcal: 781

25
Guisantes salteados con patata
Ternera guisada
Fruta de temporada
Pan 🍞
Pro: 29 Lip: 28 HC: 84 Kcal: 719

26
Macarrones integrales con chorizo 🍅🍅🍅🍅🍅
Rape en salsa verde 🍅🍅🍅
Pieza de fruta eco
Pan integral 🍞🍅🍅🍅🍅
Pro: 34 Lip: 27 HC: 78 Kcal: 694

27
Crema de verduras Eco 🍅
Pechuga de pollo a la plancha
Ensalada Nº 1
Fruta de temporada
Pan 🍞
Pro: 37 Lip: 22 HC: 70 Kcal: 663

28
Arroz con tomate
Huevo frito 🍳
Ensalada Nº 3
Pieza de fruta eco
Pan integral 🍞🍅🍅🍅🍅
Pro: 15 Lip: 28 HC: 91 Kcal: 669

29
Judías verdes con patata 🍅
Estofado de pavo 🍅
Ensalada Nº 2 🍅
Yogur natural artesano 🍅
Pan 🍞
Pro: 37 Lip: 29 HC: 69 Kcal: 663

ALÉRGENOS:

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