

|                                                                                                                             |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                           |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                                                                                                                             |                                                                                                                                                                    | 1                                                                                                                                                                           | 2                                                                                                                                                               | 3                                                                                                                                                                         | 4 |
|                                                                                                                             |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                           |   |
| 7                                                                                                                           | 8                                                                                                                                                                  | 9                                                                                                                                                                           | 10                                                                                                                                                              | 11                                                                                                                                                                        |   |
| -                                                                                                                           | Sopa de ave con fideos 🍲<br>Pechuga de pollo a la plancha<br>Ensalada Nº4 🥗<br>Pieza de fruta eco<br>Pan integral 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 41 Lip: 26 HC: 70 Kcal: 674         | Crema de verduras Eco 🍷<br>Lomo adobado a la plancha<br>Ensalada Nº 2 🥗<br>Fruta de temporada<br>Pan 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 33 Lip: 29 HC: 72 Kcal: 701                               | Lentejas con arroz integral 🍲<br>Palometa al orio 🍷🥗<br>Pieza de fruta eco<br>Pan integral 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 27 Lip: 15 HC: 75 Kcal: 532                             | Borrajás (eco) cocidas con patatas 🍷<br>Tortilla francesa con queso 🍷🥗<br>Ensalada Nº 3<br>Yogur natural artesano 🥗<br>Pan 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 21 Lip: 37 HC: 41 Kcal: 570       |   |
| 14                                                                                                                          | 15                                                                                                                                                                 | 16                                                                                                                                                                          | 17                                                                                                                                                              | 18                                                                                                                                                                        |   |
| Arroz al horno 🍷🥗<br>Merluza a la romana 🍷🥗<br>Fruta de temporada<br>Pan 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 30 Lip: 20 HC: 83 Kcal: 689           | Guisantes salteados con patata<br>Jamoncitos de pollo al horno<br>Pieza de fruta eco<br>Pan integral 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 30 Lip: 20 HC: 75 Kcal: 582                      | Verdura ecológica de temporada 🍷<br>Lentejas estofadas 🍷<br>Ensalada Nº 2 🥗<br>Fruta de temporada<br>Pan 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 29 Lip: 21 HC: 97 Kcal: 717                           | Macarrones integrales a la napolitana 🍷🥗<br>Tortilla francesa 🍷<br>Ensalada Nº 3<br>Pieza de fruta eco<br>Pan integral 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 24 Lip: 27 HC: 90 Kcal: 700 | Acelgas(eco)rehogadas con patata 🍷<br>Croquetas de jamón y pollo caseras 🍷🍷<br>Ensalada Nº4 🥗<br>Yogur natural artesano 🥗<br>Pan 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 35 Lip: 36 HC: 83 Kcal: 781 |   |
| 21                                                                                                                          | 22                                                                                                                                                                 | 23                                                                                                                                                                          | 24                                                                                                                                                              | 25                                                                                                                                                                        |   |
| Judías verdes con patata 🍷<br>Palometa a la plancha 🥗<br>Fruta de temporada<br>Pan 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 35 Lip: 25 HC: 71 Kcal: 668 | Arroz al horno 🍷🥗<br>Huevo a la plancha 🍷<br>Ensalada Nº 1<br>Pieza de fruta eco<br>Pan integral 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 19 Lip: 26 HC: 88 Kcal: 659                          | Acelgas ecológicas de temporada con patata 🍷<br>Garbanzos estofados con chorizo 🍷🥗<br>Ensalada Nº 2 🥗<br>Fruta de temporada<br>Pan 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 30 Lip: 32 HC: 92 Kcal: 791 | Macarrones integrales con tomate 🍷🍷🍷<br>Estofado de pavo 🍷<br>Ensalada Nº 3<br>Pieza de fruta eco<br>Pan integral 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 28 Lip: 19 HC: 89 Kcal: 633      | Alubias pintas estofadas<br>Pechuga de pollo a la plancha<br>Yogur natural artesano 🥗<br>Pan 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 50 Lip: 20 HC: 48 Kcal: 574                                     |   |
| 28                                                                                                                          | 29                                                                                                                                                                 | 30                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                           |   |
| Arroz con tomate<br>Huevo frito 🍷<br>Ensalada Nº4 🥗<br>Fruta de temporada<br>Pan 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 17 Lip: 36 HC: 72 Kcal: 725   | Alubias blancas estofadas con arroz integral<br>Merluza al horno 🥗<br>Ensalada Nº 3<br>Pieza de fruta eco<br>Pan integral 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 23 Lip: 19 HC: 86 Kcal: 590 | Crema de calabacín(eco) 🍷<br>Lentejas estofadas 🍷<br>Fruta de temporada<br>Pan 🍞🍷🍷🍷<br>Pro: 21 Lip: 20 HC: 83 Kcal: 623                                                     |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                           |   |

## ALÉRGENOS:



Altramuces



Apio



Cacahuetes



Gluten



Crustáceos



Sulfitos



Frutos secos



Sésamo



Huevo



Lácteos



Moluscos



Mostaza



Pescado



Soja