

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

Ensalada de lechuga, tomate, cebolla, atún y aceitunas verdes
Arroz al horno
Caprichos de calamar con mahonesa
Pan blanco
Fruta
Kcal 729 Prot 13% Lip 40% HC 46%

02

Ensalada de lechuga, tomate, cebolla, atún y aceitunas verdes
Arroz al horno
Caprichos de calamar con mahonesa
Pan blanco
Fruta
Kcal 729 Prot 13% Lip 40% HC 46%

03

Ensalada de lechuga, mezclum, pepino y aceitunas verdes
Crema de legumbres
Pollo asado a la manzana con patata braseada
Pan blanco
Fruta y Lácteo
Kcal 684 Prot 18% Lip 35% HC47%

04

Ensalada de lechuga, tomate, piña y zanahoria
Tallarines con tomate
Merluza en salsa verde
Pan blanco
Fruta
Kcal 624 Prot 21% Lip 29% HC 50%

05

Ensalada lechuga, palitos de mar, maíz, atún y soja
Hervido valenciano
Escalope magro con papas
Pan blanco
Helado
Kcal 680 Prot 18% Lip 37% HC 44%

08

Ensalada de lechuga, maíz, tomate y zanahoria
Crema Vichyssoyse
Hamburguesa con pisto casero
Pan blanco
Fruta
Kcal 701 Prot 21% Lip 37% Hc 42%

09

Ensalada de lechuga, huevo, apio y maíz
Paella valencia
Varitas de merluza con mayonesa
Pan blanco
Fruta y Lácteo
Kcal 702 Prot 13% Lip 38% HC49%

10

Ensalada de lechuga maíz, soja y aceitunas negras
Garbanzos a la riojana
Pizza Serunion
Pan blanco
Fruta
Kcal 659 Prot 18% Lip 36% HC 45%

11

Ensalada de lechuga, atún, tomate y pimiento
Patatas estofadas con carne
Revuelto de huevo con champiñones
Pan blanco
Helado
Kcal 702 Prot 13% Lip 38% HC49%

12

Ensalada de lechuga, jamón york, apio y remolacha
Espagueti a la carbonara
Bacalao al horno con verduras
Pan blanco
Fruta y Lácteo
Kcal 654 Prot 22% Lip 30% HC 50%

15

Ensalada de lechuga, tomate, cebolla, atún y aceitunas verdes
Macarrones al graten
Lomo adobado con patatas fritas
Pan blanco
Fruta
Kcal 668 Prot 22% Lip 32% HC 46%

16

Ensalada de lechuga, mezclum, pepino y aceitunas verdes
Arroz a banda
Entremeses
Pan blanco
Fruta y Lácteo
Kcal 634 Prot 15% Lip 37% Hc 48%

17

Ensalada de lechuga, tomate, piña y zanahoria
Sopa de lluvia (Infantil)
Canelones Rossini
Filete de merluza empanado con verduras
Pan blanco
Fruta
Infantil:Kcal 582Prot17%Lip34%Hc49%
Kcal 875Prot20%Lip37%Hc43%

18

Ensalada lechuga, palitos de mar, maíz, atún y soja
Crema de calabacín con tostones
Pollo al limón con papas
Pan blanco
Fruta
Kcal 684 Prot 18% Lip 38% HC 43%

19

Ensalada lechuga, zanahoria, espárragos y aceitunas negras
Lentejas estofadas
Tortilla de patata con crujiente de zanahoria
Pan blanco
Helado
Kcal742 Prot 13% Lip 42% HC 44%

22

Ensalada de lechuga, maíz, tomate y zanahoria
Sopa de cocido
Varitas de merluza con guisantes
Pan blanco
Fruta
Kcal 625 Prot 19% Lip 32% Hc 47%

JORNADA GASTRONOMICA
"EL COMIC"



Ensalada Batman
Espirales Iroman
Cheeseburger
Obelix
Helado Koloriki

24

Ensalada de lechuga, maíz, soja y aceitunas negras
Garbanzos estofados con verduras
Escalope con pisto casero
Pan blanco
Fruta-cítrico
Kcal 635 Prot 24% Lip 38% Hc 37%

25

Ensalada de lechuga, atún, tomate y pimiento
Patatas guisadas con sepia
Revuelto de huevo y beicon
Pan blanco
Fruta
Kcal 613 Prot 18% Lip 39% HC40%

26

Ensalada de lechuga, jamón york, apio y aceitunas
Arroz a la cubana
Palometa al horno con verduritas
Pan blanco
Fruta y Lácteo
Kcal673 Prot 19% Lip 38% HC 43%

29

Ensalada de lechuga, tomate, cebolla, atún y aceitunas verdes
Macarrones boloñesa
Filete de merluza a la romana con champiñones salteados
Pan blanco
Fruta
Kcal 701 Prot 16% Lip 37% Hc 45%

30

Ensalada de lechuga, tomate, piña y zanahoria
Lentejas estofadas
Tortilla francesa con jamón york
Pan blanco
Fruta-cítrico
Kcal708 Prot 14% Lip 35% HC 51%

31

Ensalada de lechuga, mezclum, pepino y aceitunas verdes
Crema zanahoria con tostones
Hamburguesa plancha con pisto casero
Pan blanco
Helado
715Kcal Prot 18% Lip 36% CH 46%