

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

05

CANELONES DE CARNE CON BECHAMEL
MEAT CANELONNI
TAQUITOS DE RAPE A LA ANDALUZA
MONKFISH IN ANDALUSIAN SYTLE/ SALAD
ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ATÚN
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE,WATER,BREAD
KCAL.499.38 LIP:16.77
PROT:26.77 HC: 55

06

CREMA DE CALABACIN/COURGETTE CREAM
LOMO EN SALSAS DE VERDURITAS
PORK LOIN IN VEGETABLES SAUCE
ESPIRALES BLANCOS SALTEADOS/SPIRALS
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE.
WATER,BREAD,FRUIT AND MILK
KCAL: 527.31 LIP:14.45
PROT: 27.61 HC: 66

07

LENTEJAS CON CHORIZO
LENTILS WITH CHORIZO SAUSAGE
LIMANDA AL LIMÓN
BAKED LIMANDA IN LEMON SAUCE
ARROZ SALTEADO/ RICE
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL: 685.13 LIP:21.97
PROT: 19.27 HC: 81

08

PAELLA MIXTA/MIXED PAELLA
TORTILLA FRANCESA/OMELETTE
ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ
LETTUCE, TOMATO AND CORK
AGUA, PAN, FRUTA O POSTRE LÁCTEO
WATER,FRUIT,BREAD OR LACTEAN DESSERT
KCAL: 672.01 LIP:18.11
PROT: 33.26 HC: 88

09

SOPA DE COCIDO/COCIDO SOUP
COCIDO COMPLETO/ FULL STEW
(CARNE, POLLO, CHORIZO)
(CHIKPEAS,CHICKEN,VEGETABLES)
AGUA, PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL: 821.60 LIP: 33.71
PROT: 46.36 HC: 88.40

12

MACARRONES CON CHORIZO
MACARONI WITH SAUSAGE CHORIZO
FILETE DE SAJONIA/ SAXON CHOP/ SALAD
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ATÚN
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE
WATER,BREAD,FRUIT AND MILK
KCAL:677.88 LIP:24.47
PROT: 43.37 HC: 74.34

13

ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS
PINTO BEANS IN STEW WITH VEGETABLES
PALOMETA EN SALSAS DE TOMATE
BUTTERFISH BAKED IN SAUCE
ARROZ PILAW/ PILAW RICE
AGUA, PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL: 439.38 LIP: 15.09
PROT: 32.14 HC: 43.86

14

JUDIAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN
SAUTEED GREEN BEANS WITH HAM
ALBÓNDIGAS DE TERNERA JARDINERA
MEATBALLS BEEF WITH CHIPS
PATATAS DADO
AGUA. PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL: 821.60 LIP: 33.71
PROT: 46.36 HC: 88.40

15

ARROZ CON SALSAS DE TOMATE
RICE IN TOMATO SAUCE
MERLUZA PERSILLADE
HAKE IN PERSILLADE STYLE
ENSALADA LECHUGA,SOJA Y ZANAHORIA
AGUA, PAN,FRUTA O POSTRE LÁCTEO
KCAL: 762.75 LIP: 40.35
PROT: 16.22 HC: 83.70

16

LENTEJAS CON CHORIZO
LENTILS WITH CHORIZO SAUSAGE
TORTILLA FRANCESA/ OMELETTE
ENSALADA DE LECHUGA / SALAD
AGUA, PAN,FRUTA O POSTRE LÁCTEO
KCAL: 762.75 LIP: 40.35
PROT: 16.22 HC: 83.70

19

CREMA DE VERDURAS/ VEGETABLES CREAM
MAGRO DE CERDO CON TOMATE
PORK LOIN IN STEW WITH TOMATO SAUCE
CHAMPIÑONES SALTEADOS/ MUSHROOMS
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL: 821.60 LIP: 33.71
PROT: 46.36 HC: 88.40

20

LENTEJAS CON VERDURAS
LENTILS IN STEW WITH VEGETABLES
TAQUITOS DE RAPE A LA ANDALUZA
MONKFISH IN ANDALUSIAN STYLE
ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL: 631.20 LIP: 30.66
PROT: 33.05 HC: 55.97

21

ARROZ TRES DELICIAS/THREE SEASON RICE
HUEVOS MOLL/ MOLL EGGS/ SALAD
ENSALADA LECHUTA, TOMATE Y ATÚN
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE
WATER,BREAD,FRUIT,MILK,FRUIT
KCAL.727.48 LIP: 49.42
PROT: 27.52 HC: 42.91

22

SOPA DE COCIDO/COCIDO SOUP
COCIDO COMPLETO/ FULL STEW
(CARNE, POLLO, CHORIZO)
(CHIKPEAS,CHICKEN,VEGETABLES)
AGUA, PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL: 821.60 LIP: 33.71
PROT: 46.36 HC: 88.40

23

ESPAGUETTIS CON TOMATE
SPAGUTTIS WITH TOMATO SAUCE
LIMANDA A LA ROMANA/PATATAS VAPOR
LIMANDA IN ROMAN STYLE WITH POTATOES
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL: 641.23 LIP: 74.30
PROT: 24.20 HC: 74.30

26

ESPIRALES NAPOLITANA
NAPOLITAN PASTA SPIRALS
SALMÓN A LA NARANJA/BAKED SALMON
ENSALADA DE LECHUGA Y ATÚN/ SALAD
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL: 698.46 LIP: 23.43
PROT: 31.54 HC: 94.75

27

SOPA DE PICADILLO/PICADILLO SOUP
ESTOFADO DE TERNERA JARDINERA
BEEF STEW IN GARDENER SAUCE
CHAMPIÑONES SALTEADOS/MUSHROOMS
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL.821.60 LIP: 33.71
PROT:46.36 HC:88.40

28

ALUBIAS BLANCAS A LA RIOJANA
WHITE BEANS IN STEW WITH SAUSAGE
BACALAO CON TOMATE/COD IN TOMATE
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y SOJA
AGUA,PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL: 673.03 LIP: 21.98
PROT: 47.87 HC: 74.85

29

JORNADA INDIA/ INDUE DAY
ARROZ CON POLLO Y CURRY
CHICKEN RICE WITH CURRY
HUEVOS REVUELTOS AL ESTILO HINDÚ
ENSALADA AGRIDULCE/ SALAD
AGUA, PAN,FRUTA O POSTRE LÁCTEO
KCAL: 5739.95 LIP: 16.55
PROT: 34.18 HC: 73.72

30

GUISANTES SALTEADOS CON AJITO Y JAMÓN
GREEM PEAS WITH HAM
POLLO ASADO EN SU JUGO/PATATAS FRITAS
ROASTED CHICKEN FILLET WITH CHIPS
AGUA, PAN,FRUTA Y LECHE
KCAL: 745.50 LIP: 23.91
PROT: 30.58 HC: 104.30