

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes				
1	 FESTIVO	2	 FESTIVO	3	 FESTIVO	4	 FESTIVO	5	 FESTIVO
8	Lentejas Estofadas Tortilla Francesa Zanahorias Salteadas Piña en Almíbar Pan	9	Espirales con Tomate y Queso Merluza en Salsa Verde Guisantes Salteados Fruta de Temporada Pan	10	Crema Hortelana Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Pan	11	Patatas a la Marinera Lomo Asado en Salsa Verduras Asadas Fruta de Temporada Pan	12	Alubias Pintas Estofadas Bacaladitos al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Pan
15	Kcal: 647 Lip: 22,79 Prot: 29,57 HC: 82,78 Guisantes Salteados Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas en Guiso Fruta de Temporada Pan	16	Kcal: 710 Lip: 20,66 Prot: 30,45 HC: 101,41 Arroz con Tomate Palometa al Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Pan	17	Kcal: 700 Lip: 35,40 Prot: 38,31 HC: 55,58 Crema de Brócoli y Calabacín Magro con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan	18	Kcal: 640 Lip: 24,83 Prot: 38,19 HC: 66,56 Garbanzos Estofados Filete de Abadejo al Ajillo Pimientos Asados Fruta de Temporada Pan	19	Kcal: 575 Lip: 17,95 Prot: 38,00 HC: 64,36 Menestra de Verduras Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur Pan
22	Kcal: 722 Lip: 32,34 Prot: 27,06 HC: 80,59 Lentejas a la Castellana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga Fruta de Temporada Pan	23	Kcal: 670 Lip: 21,49 Prot: 30,54 HC: 92,28 Macarrones Napolitana Merluza a la Riojana Pimientos Asados Fruta de Temporada Pan	24	Kcal: 554 Lip: 25,81 Prot: 29,82 HC: 51,25 Crema de Zanahoria Lomo de Sajonia en Salsa de Champiñones Fruta de Temporada Pan	25	Kcal: 743 Lip: 20,46 Prot: 41,22 HC: 99,72 Patatas Riojanas Bacaladilla al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Pan	26	Kcal: 558 Lip: 23,38 Prot: 16,02 HC: 65,82 Alubias Blancas Estofadas Contramuslos de Pollo Asado Zanahorias Salteadas Yogur Pan
29	Kcal: 551 Lip: 22,92 Prot: 24,44 HC: 64,53 Arroz Campesina Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan	30	Kcal: 702 Lip: 21,20 Prot: 28,70 HC: 97,10 Crema de Calabaza Pollo en Pepitoria Patatas en Guiso Fruta de Temporada Pan		Kcal: 475 Lip: 17,08 Prot: 24,17 HC: 57,33		Kcal: 590 Lip: 24,83 Prot: 30,48 HC: 62,38		Kcal: 664 Lip: 26,91 Prot: 34,27 HC: 68,03
	Kcal: 680 Lip: 21,76 Prot: 14,56 HC: 108,52		Kcal: 675 Lip: 29,35 Prot: 29,86 HC: 72,20						

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes				
1	 FESTIVO	2	 FESTIVO	3	 FESTIVO	4	 FESTIVO	5	 FESTIVO
8	Lentejas Estofadas Tortilla Francesa Zanahorias Salteadas Piña en Almíbar	9	Espirales con Tomate y Queso Merluza en Salsa Verde Guisantes Salteados Fruta de Temporada	10	Crema Hortelana Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	11	Patatas a la Marinera Lomo Asado en Salsa Verduras Asadas Fruta de Temporada	12	Alubias Pintas Estofadas Bacaladitos al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur
15	Kcal: 569 Lip: 22,31 Prot: 27,02 HC: 67,33 Guisantes Salteados Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas en Guiso Fruta de Temporada	16	Kcal: 632 Lip: 20,18 Prot: 27,90 HC: 85,96 Arroz con Tomate Palometa al Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	17	Kcal: 622 Lip: 34,92 Prot: 35,76 HC: 40,13 Crema de Brócoli y Calabacín Magro con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	18	Kcal: 562 Lip: 24,35 Prot: 35,64 HC: 51,11 Garbanzos Estofados Filete de Abadejo al Ajillo Pimientos Asados Fruta de Temporada	19	Kcal: 497 Lip: 17,47 Prot: 35,45 HC: 48,91 Menestra de Verduras Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur
22	Kcal: 643 Lip: 31,86 Prot: 24,51 HC: 65,14 Lentejas a la Castellana Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga Fruta de Temporada	23	Kcal: 592 Lip: 21,01 Prot: 27,99 HC: 76,83 Macarrones Napolitana Merluza a la Riojana Pimientos Asados Fruta de Temporada	24	Kcal: 476 Lip: 25,33 Prot: 27,27 HC: 35,80 Crema de Zanahoria Lomo de Sajonia en Salsa de Champiñones Fruta de Temporada	25	Kcal: 665 Lip: 19,98 Prot: 38,67 HC: 84,27 Patatas Riojanas Bacaladilla al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada	26	Kcal: 480 Lip: 22,90 Prot: 13,47 HC: 50,37 Alubias Blancas Estofadas Contramuslos de Pollo Asado Zanahorias Salteadas Yogur
29	Kcal: 473 Lip: 22,44 Prot: 21,89 HC: 49,08 Arroz Campesina Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada	30	Kcal: 624 Lip: 20,72 Prot: 26,15 HC: 81,65 Crema de Calabaza Pollo en Pepitoria Patatas en Guiso Fruta de Temporada		Kcal: 396 Lip: 16,60 Prot: 21,62 HC: 41,88		Kcal: 512 Lip: 24,35 Prot: 27,93 HC: 46,93		Kcal: 586 Lip: 26,43 Prot: 31,72 HC: 52,58
	Kcal: 601 Lip: 21,28 Prot: 12,01 HC: 93,07		Kcal: 597 Lip: 28,87 Prot: 27,31 HC: 56,75						

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	 FESTIVO	 FESTIVO	 FESTIVO	 FESTIVO	 FESTIVO
8	Crema de Calabacín Tortilla Francesa Zanahorias Salteadas Piña en Almíbar Pan Sin Gluten	9 Espirales con Tomate y Queso SIN GLUTEN/HUEVO Merluza en Salsa Verde Guisantes Salteados Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	10 Crema Hortelana Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	11 Patatas a la Marinera Lomo Asado en Salsa Verduras Asadas Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	12 Alubias Pintas Estofadas Bacaladitos al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Yogur Pan Sin Gluten
15	Kcal: 531 Lip: 26,53 Prot: 14,76 HC: 56,35 Guisantes Salteados Ragout de Ternera en Estofado de Verduras Patatas en Guiso Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	16 Kcal: 753 Lip: 25,16 Prot: 25,92 HC: 104,22 Arroz con Tomate Palometa al Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	17 Kcal: 752 Lip: 39,77 Prot: 36,66 HC: 58,68 Crema de Brócoli y Calabacín Magro con Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	18 Kcal: 692 Lip: 29,20 Prot: 36,54 HC: 69,66 Garbanzos Estofados Filete de Abadejo al Ajillo Pimientos Asados Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	19 Kcal: 627 Lip: 22,32 Prot: 36,35 HC: 67,46 Menestra de Verduras Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur Pan Sin Gluten
22	Kcal: 637 Lip: 25,58 Prot: 32,36 HC: 68,63 Crema de Calabaza Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	23 Kcal: 723 Lip: 25,86 Prot: 28,89 HC: 95,38 Macarrones Napolitana SIN GLUTEN/HUEVO Merluza a la Riojana Pimientos Asados Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	24 Kcal: 606 Lip: 30,18 Prot: 28,17 HC: 54,35 Crema de Zanahoria Lomo de Sajonia en Salsa de Champiñones Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	25 Kcal: 795 Lip: 24,83 Prot: 39,57 HC: 102,82 Patatas Riojanas Bacaladilla al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	26 Kcal: 610 Lip: 27,75 Prot: 14,37 HC: 68,92 Alubias Blancas Estofadas Contramuslos de Pollo Asado Zanahorias Salteadas Yogur Pan Sin Gluten
29	Kcal: 542 Lip: 26,89 Prot: 15,75 HC: 59,17 Arroz Campesina Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	30 Kcal: 757 Lip: 25,93 Prot: 24,23 HC: 103,50 Crema de Calabaza Pollo en Pepitoria Patatas en Guiso Fruta de Temporada Pan Sin Gluten	Kcal: 527 Lip: 21,45 Prot: 22,52 HC: 60,43	Kcal: 643 Lip: 29,20 Prot: 28,83 HC: 65,48	Kcal: 716 Lip: 31,28 Prot: 32,62 HC: 71,13
	Kcal: 732 Lip: 26,13 Prot: 12,91 HC: 111,62	Kcal: 727 Lip: 33,72 Prot: 28,21 HC: 75,30			