

2 Lentejas con arroz integral 🍲 Hamburguesa vegetal 🍲🍲🍲🍲🍲 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 29 Lip: 24 HC: 104 Kcal: 787	3 Espaguetis con tomate 🍲🍲🍲🍲 Tortilla de patata casera con loncha de queso 🍲🍲🍲 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 22 Lip: 32 HC: 108 Kcal: 853	4 Verdura (eco) de temporada con patata 🍲 Albóndigas vegetales al horno 🍲🍲🍲🍲🍲 Cous-cous 🍲 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 29 Lip: 30 HC: 110 Kcal: 860	5 Arroz con tomate Tortilla francesa con queso 🍲🍲 Ensalada Nº 3 Yogur 🍲 Pan integral 🍲🍲🍲🍲🍲 Pro: 28 Lip: 40 HC: 76 Kcal: 785	6 Verdura (eco) de temporada con patata 🍲 Dados de tofu al curry 🍲🍲 Ensalada Nº4 🍲 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 26 Lip: 33 HC: 74 Kcal: 707
9 Macarrones con tomate 🍲🍲🍲🍲 Queso empanado 🍲🍲🍲🍲🍲 Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 18 Lip: 30 HC: 112 Kcal: 824	10 Judías verdes con patata 🍲 Salchichas vegetales con tomate 🍲🍲🍲🍲🍲 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 24 Lip: 34 HC: 85 Kcal: 763	11 Arroz con setas Tortilla francesa 🍲 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 26 Lip: 36 HC: 93 Kcal: 839	12 Garbanzos con verduras Albóndigas vegetales al horno 🍲🍲🍲🍲🍲 Ensalada Nº4 🍲 Yogur 🍲 Pan integral 🍲🍲🍲🍲🍲 Pro: 44 Lip: 28 HC: 104 Kcal: 826	13 Verdura (eco) de temporada con patata 🍲 Hamburguesa vegetal 🍲🍲🍲🍲🍲 Ensalada Nº4 🍲 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 22 Lip: 25 HC: 80 Kcal: 661
16 Arroz con tomate Dados de tofu al curry 🍲🍲 Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 23 Lip: 37 HC: 109 Kcal: 891	17 Alubias blancas estofadas con verduras Tortilla de patata 🍲🍲 Ensalada Nº4 🍲 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 33 Lip: 37 HC: 96 Kcal: 877	18 Verdura (eco) de temporada con patata 🍲 Albóndigas vegetales con tomate 🍲🍲🍲🍲🍲 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 22 Lip: 20 HC: 70 Kcal: 578	19 Ensalada de pasta 🍲🍲🍲🍲🍲 Queso empanado 🍲🍲🍲🍲🍲 Patatas panadera 🍲 Yogur 🍲 Pan integral 🍲🍲🍲🍲🍲 Pro: 23 Lip: 32 HC: 100 Kcal: 777	20 -
23 -	24 -	25 -	26 -	27 -
30 -	  			

ALÉRGENOS:

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