

2 Lentejas con arroz integral 🍲 Pechuga de pavo a la plancha 🍖 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 48 Lip: 28 HC: 91 Kcal: 846	3 Espaguetis boloñesa 🍝 Tortilla de patata casera con loncha de queso 🍳 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 23 Lip: 29 HC: 94 Kcal: 771	4 Verdura (eco) de temporada con patata 🍅 Jamoncitos de pollo asado con cous cous 🍗 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 32 Lip: 28 HC: 84 Kcal: 740	5 Arroz con tomate y longaniza 🍚 Tortilla francesa con queso 🍳 Ensalada Nº 3 Yogur 🥛 Pan integral 🍞 Pro: 33 Lip: 46 HC: 84 Kcal: 889	6 Verdura (eco) de temporada con patata 🍅 Escalope de ternera 🍖 Ensalada Nº4 🥗 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 38 Lip: 33 HC: 75 Kcal: 768
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 con tomate 🍖 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 32 Lip: 34 HC: 82 Kcal: 764	11 Arroz con setas y pollo 🍚 Tortilla francesa 🍳 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 30 Lip: 40 HC: 85 Kcal: 868	12 Garbanzos con chorizo 🍲 Albóndigas vegetales al horno 🍲 Ensalada Nº4 🥗 Yogur 🥛 Pan integral 🍞 Pro: 38 Lip: 36 HC: 64 Kcal: 726	13 Verdura (eco) de temporada con patata 🍅 Cinta de lomo empanada 🍷 Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 38 Lip: 37 HC: 76 Kcal: 820
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 🍲 Pechuga de pollo empanada 🍷 Ensalada Nº4 🥗 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 42 Lip: 35 HC: 76 Kcal: 825	18 Verdura (eco) de temporada con patata 🍅 Albóndigas en salsa de tomate 🍲 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 30 Lip: 47 HC: 80 Kcal: 890	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