

2	Macarrones sin gluten con tomate Merluza al horno ☺ Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 30 Lip: 30 HC: 106 Kcal: 850	3	Garbanzos estofados Pechuga de pollo a la plancha Ensalada Nº 4 ☺ Yogur natural ☺ Pan ☺ Pro: 48 Lip: 28 HC: 58 Kcal: 669	4	Acelgas(eco)rehogadas con patata ☺ Albóndigas en salsa de tomate ☺ Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 23 Lip: 32 HC: 68 Kcal: 679	5	Arroz 3 delicias sin huevo ☺ Bacalao empanado sin huevo ☺ Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 23 Lip: 30 HC: 98 Kcal: 794	6	Crema de calabacín ☺ Pechuga de pollo a la plancha Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 37 Lip: 17 HC: 77 Kcal: 645
9	Lentejas con verduras ☺ Palometa rebozada sin huevo ☺ Ensalada Nº 4 ☺ Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 34 Lip: 25 HC: 65 Kcal: 653	10	Sopa de cocido sin gluten Pechuga de pollo a la plancha Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 33 Lip: 17 HC: 62 Kcal: 578	11	Arroz negro con ali oli Lomo adobado a la plancha Ensalada Nº 2 ☺ Yogur natural artesano ☺ Pan ☺ Pro: 41 Lip: 31 HC: 59 Kcal: 678	12	Col(eco)con patata y pimentón ☺ Longaniza asada Patatas panadera ☺ Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 20 Lip: 37 HC: 62 Kcal: 690	13	Alubias blancas con chorizo ☺ Merluza a la plancha ☺ Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 32 Lip: 21 HC: 67 Kcal: 634
16	Guisantes salteados con patata y jamón ☺ Hamburguesa a la plancha ☺ Ensalada Nº 2 ☺ Yogur natural ☺ Pan ☺ Pro: 32 Lip: 38 HC: 38 Kcal: 618	17	Macarrones sin gluten carbonara ☺ Salmón al horno con salsa chimichurri ☺ Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 24 Lip: 35 HC: 100 Kcal: 854	18	Brócoli(eco)gratinado con patatas ☺ Jamoncitos de pollo al horno con cebolla Cous cous ☺ Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 34 Lip: 23 HC: 72 Kcal: 660	19	Arroz con tomate Bistec de ternera a la plancha Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 30 Lip: 29 HC: 73 Kcal: 716	20	Borrajás (eco) cocidas con patatas ☺ Cinta de lomo a la plancha Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 34 Lip: 26 HC: 51 Kcal: 611
23	Lentejas estofadas con chorizo ☺ Jamón york a la plancha ☺ Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 34 Lip: 26 HC: 67 Kcal: 671	24	Crema de calabaza eco ☺ Estofado de pavo ☺ Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 28 Lip: 21 HC: 90 Kcal: 677	25	Arroz Aragones Bacalao con tomate ☺ Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 32 Lip: 25 HC: 75 Kcal: 696	26	Coliflor(eco)rehogada con patata Pechuga de pollo empanada sin huevo ☺ Yogur natural artesano ☺ Pan ☺ Pro: 32 Lip: 28 HC: 52 Kcal: 580	27	Macarrones sin gluten con verduras Merluza a la plancha ☺ Fruta de temporada Pan ☺ Pro: 27 Lip: 21 HC: 106 Kcal: 776