

2 Macarrones integrales con tomate 🍅🍅🍅🍅 Merluza al horno 🐟 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 29 Lip: 23 HC: 68 Kcal: 640	3 Garbanzos estofados Pechuga de pollo a la plancha Ensalada Nº 1 Yogur sin lactosa 🥛 Pan 🍞 Pro: 46 Lip: 26 HC: 68 Kcal: 681	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 queso 🍷 Bacalao empanado 🍷🍷🍷🍷 Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 25 Lip: 32 HC: 102 Kcal: 841	6 Crema de calabacín 🍅 Huevo frito con patatas panadera 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 20 Lip: 20 HC: 94 Kcal: 664
9 Lentejas con verduras 🍅 Palometa rebozada 🍷🍷🍷 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 33 Lip: 24 HC: 66 Kcal: 645	10 Sopa de cocido 🍅🍅🍅🍅 Tortilla de patata 🍅🍷 Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 18 Lip: 25 HC: 79 Kcal: 659	11 Arroz con verduras Lomo adobado a la plancha Ensalada Nº 2 🐟 Yogur sin lactosa 🥛 Pan 🍞 Pro: 41 Lip: 30 HC: 77 Kcal: 739	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 estofadas con verduras Merluza a la plancha 🐟 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 31 Lip: 20 HC: 68 Kcal: 622
16 Guisantes salteados con patata y jamón 🍅 Hamburguesa a la plancha 🍷 Ensalada Nº 2 🐟 Yogur sin lactosa 🥛 Pan 🍞 Pro: 32 Lip: 36 HC: 47 Kcal: 639	17 Macarrones con verduras 🍅🍅🍅🍅 Salmón al horno con salsa chimichurri 🍷🍷 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 26 Lip: 23 HC: 93 Kcal: 728	18 Brócoli ecológico rehogado con patata 🍅 Jamoncitos de pollo al horno con cebolla Cous cous 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 32 Lip: 18 HC: 76 Kcal: 616	19 Arroz con tomate Escalope a la milanesa 🍷🍷🍷 Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 22 Lip: 29 HC: 77 Kcal: 702	20 Borrajas (eco) cocidas con patatas 🍅 Huevos al plato con jamón y tomate 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 21 Lip: 33 HC: 56 Kcal: 638
23 Lentejas con verduras 🍅 Tortilla francesa 🍷 Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 23 Lip: 25 HC: 61 Kcal: 598	24 Crema de calabaza eco 🍅 Estofado de pavo 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 28 Lip: 21 HC: 90 Kcal: 677	25 Arroz Aragonés 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 🍷🍷 Yogur sin lactosa 🥛 Pan 🍞 Pro: 33 Lip: 28 HC: 61 Kcal: 616	27 Fideua de verduras 🍅🍅🍅🍅 Merluza a la plancha 🐟 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞 Pro: 27 Lip: 20 HC: 69 Kcal: 617