

			1		2				
			Paella de carne 🍷 Merluza a la plancha 🐟 Ensalada Nº4 🥗 Yogur natural artesano 🥛 Pan integral 🍞🍞🍞🍞🍞 Pro: 43 Lip: 33 HC: 61 Kcal: 737		Ensalada de pasta integral 🍝🍝🍝 Bistec de ternera a la plancha 🥩 Ensalada Nº 3 Fruta de temporada 🍌🍇🍏 Pan integral 🍞🍞🍞🍞🍞🍞🍞🍞 Pro: 33 Lip: 25 HC: 80 Kcal: 720				
5		6		7		8		9	
Lentejas con verduras 🍷 Pechuga de pollo a la plancha Ensalada Nº 1 Yogur natural artesano 🥛 Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 45 Lip: 24 HC: 44 Kcal: 574		Arroz con verduras Merluza a la plancha 🐟 Ensalada Nº4 🥗 Fruta de temporada Pan integral 🍞🍞🍞🍞🍞🍞🍞🍞 Pro: 35 Lip: 25 HC: 79 Kcal: 747		Verdura ecológica de temporada 🍷 Garbanzos estofadas con verduras Patatas fritas 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 20 Lip: 28 HC: 107 Kcal: 778		Macarrones integrales a la napolitana 🍝🍝 Tortilla francesa 🍳 Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan integral 🍞🍞🍞🍞🍞🍞🍞 Pro: 24 Lip: 29 HC: 84 Kcal: 746		Verdura (eco) de temporada con patata 🍷 Cinta de lomo a la plancha Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 36 Lip: 31 HC: 67 Kcal: 723	
12		13		14		15		16	
Festivo		Festivo		Festivo		Fideúa de verduras y pollo 🍝🍝 Bistec de ternera a la plancha Ensalada Nº4 🥗 Fruta de temporada Pan integral 🍞🍞🍞🍞🍞🍞🍞 Pro: 43 Lip: 33 HC: 80 Kcal: 830		Verdura ecológica de temporada 🍷 Jamoncitos de pollo al horno Patatas panadera 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 29 Lip: 23 HC: 69 Kcal: 619	
19		20		21		22		23	
Guisantes salteados con patata. Pollo asado Ensalada Nº 3 Yogur natural 🥛 Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 25 Lip: 35 HC: 31 Kcal: 537		Arroz con tomate Tortilla francesa 🍳 Ensalada Nº 2 🥗 Fruta de temporada Pan integral 🍞🍞🍞🍞🍞🍞🍞 Pro: 24 Lip: 24 HC: 78 Kcal: 677		Verdura ecológica de temporada 🍷 Lentejas con verduras 🍷 Ensalada Nº 2 🥗 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 25 Lip: 21 HC: 88 Kcal: 662		Espaguetis integrales a la carbonara 🍝🍝 Merluza al horno 🐟 Ensalada Nº4 🥗 Fruta de temporada Pan integral 🍞🍞🍞🍞🍞🍞🍞 Pro: 25 Lip: 32 HC: 77 Kcal: 739		Verdura ecológica de temporada 🍷 Pechuga de pollo a la plancha Patatas panadera 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 44 Lip: 23 HC: 69 Kcal: 695	
26		27		28		29		30	
Arroz con pollo Huevos revueltos 🍳 Ensalada Nº 1 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 23 Lip: 32 HC: 73 Kcal: 716		Macarrones integrales a la napolitana 🍝🍝 Salmón al horno 🐟 Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan integral 🍞🍞🍞🍞🍞🍞🍞 Pro: 30 Lip: 27 HC: 92 Kcal: 781		Verdura ecológica de temporada 🍷 Pechuga de pavo a la plancha 🥩 Patatas fritas 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍞🍞🍞 Pro: 26 Lip: 30 HC: 81 Kcal: 726		Garbanzos con verduras Pechuga de pollo a la plancha Ensalada Nº4 🥗 Yogur natural artesano 🥛 Pan integral 🍞🍞🍞🍞🍞🍞🍞 Pro: 51 Lip: 23 HC: 76 Kcal: 708		Verdura ecológica de temporada 🍷 Alubias blancas estofadas con verduras Ensalada Nº 3 Fruta de temporada Pan integral 🍞🍞🍞🍞🍞🍞🍞 Pro: 19 Lip: 23 HC: 98 Kcal: 700	

ALÉRGENOS:

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