

		1	2	3	4
7	8	9	10	11	
-	Macarrones sin gluten con tomate Jamoncitos de pollo al horno Ensalada N° 3 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 28 Lip: 30 HC: 105 Kcal: 841	Paella de verduras 🍷 Merluza a la plancha 🐟 Ensalada N°4 🍷 Yogur natural artesano 🍷 Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 40 Lip: 33 HC: 79 Kcal: 795	Guisantes salteados con patata y bacon 🍷 Lomo de cerdo a la plancha Cous cous 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 46 Lip: 47 HC: 87 Kcal: 1365	Verdura ecológica de temporada 🍷 Pechuga de pollo a la plancha Ensalada N° 1 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 38 Lip: 22 HC: 67 Kcal: 651	
14	15	16	17	18	
Paella de verduras 🍷 Albóndigas en salsa 🍷 Ensalada N° 1 Yogur natural artesano 🍷 Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 26 Lip: 38 HC: 87 Kcal: 800	Garbanzos con arroz integral Pechuga de pollo a la plancha Ensalada N°4 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 49 Lip: 26 HC: 74 Kcal: 769	Verdura ecológica de temporada 🍷 Pollo en salsa hortelana Patatas fritas 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 30 Lip: 41 HC: 86 Kcal: 853	Macarrones sin gluten carbonara 🍷🍷 Salmón al horno 🐟 Ensalada N° 3 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 28 Lip: 40 HC: 101 Kcal: 917	Verdura (eco) de temporada con patata 🍷 Lentejas estofadas 🍷 Ensalada N° 2 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 29 Lip: 26 HC: 97 Kcal: 762	
21	22	23	24	25	
Arroz con verduras Bacalao a la plancha 🐟 Ensalada N° 3 Yogur natural 🍷 Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 38 Lip: 27 HC: 59 Kcal: 633	Macarrones sin gluten a la napolitana Jamón york a la plancha con queso 🍷 Ensalada N° 1 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 34 Lip: 32 HC: 102 Kcal: 868	Verdura ecológica de temporada 🍷 Guisantes salteados con patata y jamón 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 16 Lip: 16 HC: 75 Kcal: 529	Lentejas sin gluten con arroz integral Lomo adobado a la plancha Ensalada N°4 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 42 Lip: 29 HC: 92 Kcal: 838	Verdura ecológica de temporada 🍷 Estofado de pavo 🍷 Patatas panadera 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 29 Lip: 21 HC: 82 Kcal: 657	
28	29	30			
Arroz con tomate Alitas de pollo al horno 🍷 Ensalada N° 1 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 26 Lip: 37 HC: 74 Kcal: 786	Espaguetis sin gluten con tomate 🍷 Garbanzos estofados 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 18 Lip: 23 HC: 98 Kcal: 702	Verdura ecológica de temporada 🍷 Pechuga de pollo a la plancha Patatas fritas 🍷 Fruta de temporada Pan 🍞🍷🍷🍷🍷 Pro: 46 Lip: 28 HC: 81 Kcal: 793	DIETISTA-NUTRICIONISTA CARMEN SERRANO CIRATUSA ARA00460		

ALÉRGENOS:

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