



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1
VACACIONES

2
**ARROZ CON TOMATE
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN**
Rice with tomato
Garlic pork with carrots
Fruit and bread
KCAL 521 PROT 292 g HC 81,7 g LIP 11 g
cena: crema de calabacin y pavo al horno

3
**CREMA DE PUERRO
FILETE DE POLLO AL CURRY
CON PATATAS VAPOR
FRUTA Y PAN**
Leek cream
Chicken curry with potatoes
Fruit and bread
KCAL 515 PROT 38,1 g HC 55 g LIP 14,1 g
cena: merluza rebozada con ensalada

4
**ESPIRALES CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON JAMON YORK
FRUTA Y PAN**
Pasta with vegetables
French omelette with ham
Fruit and bread
KCAL 645 PROT 25,1 g HC 79 g LIP 24,4g
cena: lenguado plancha con verduras

5
**JUDIAS BLANCAS GUISADAS
MERLUZA EMPANADA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN**
Stewed white beans
Fries hake with salad
Dairy dessert and bread
KCAL 701 PROT 33,5 g HC 80 g LIP 23,5 g
cena: trucha a la plancha con pimientos

8
**LENTEJAS GUISADAS
TORTILLA DE PATATA
CON CALABACIN TEMPURA
FRUTA Y PAN**
Stewed lentils
Spanish omelette with fried zucchini
Fruit and bread
KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32g
cena: revuelto de champiñón con jamón

9
**GUISANTES REHOGADOS
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN**
Garlic peas
Fried cod with salad
Fruit and bread
KCAL 626 PROT 23,9 g HC 44,4 g LIP 27,8 g
cena: crema de calabacin y pavo al horno

10
**ARROZ DE LA HUERTA
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN**
Rice with vegetables
Garlic chicken with carrots
Fruit and bread
KCAL 504 PROT 23,9 g HC 71,3 g LIP 12,8 g
cena: merluza rebozada con ensalada

11
**SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO**
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN
Cocido soup
chickpeas, bacon, veal, and chorizo
Fruit and bread
KCAL 773 PROT 40,7 g HC 71,3 g LIP 22,9 g
cena: lenguado plancha con verduras

12
**CODITOS BOLONESA
MERLUZA EN SALSA DE VERDURA
CON SALTEADO
POSTRE LACTEO Y PAN**
Boanese pasta
Hake in sauce with vegetables
Dairy dessert and bread
KCAL 647 PROT 38 g HC 81 g LIP 23 g
cena: tortilla francesa y guisantes

15
**CREMA DE LA HUERTA
LACON A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN**
Vegetables cream
Baked ham with potatoes
Fruit and bread
KCAL 414 PROT 21,9 g HC 51,1 g LIP 12,5 g
cena: ragu de pavo con champiñón

16
**ARROZ TRES DELICIAS
ABADEJO A LA MARINERA
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA Y PAN**
Milanesa rice
Fish in sauce with carrots
Fruit and bread
KCAL 466 PROT 20,7 g HC 73,7 g LIP 9,8 g
cena: pisto con huevo plancha

17
**ALUBIAS PINTAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN**
Brown beans with vegetables
Spanish omelette with salad
Fruit and bread
KCAL 641 PROT 26,9 g HC 68,9 g LIP 23,4g
cena: atun al ajillo con ensalada

18
**JUDIAS VERDES REHOGADAS
POLLO AL CHILINDRON
CON PATATAS
FRUTA Y PAN**
Green beans with garlic
Spicy chicken with fries
Fruit and bread
KCAL 572 PROT 37 g HC 53 g LIP 22 g
cena: sopa de verduras y lacón a la gallega

19
**FERIA DE ABRIL
POTAJE ANDALUZ
FRITURA ANDALUZA
RABAS DE CALAMAR, BOQUERON TEMPURA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN**
Stewed chickpeas
Fried fish
Dairy dessert and bread
KCAL 818 PROT 40 g HC 82 g LIP 34 g
cena: merluza al ajillo con calabacin

22
**CREMA DE ZANAHORIA
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN**
Carrot cream
Fried hake with salad
Fruit and bread
KCAL 543 PROT 22,3 g HC 56,2 g LIP 23,3 g
cena: rape en salsa con zanahoria

23
**MACARRONES INTEGRALES
CARBONARA
CARCAMUSAS DE CERDO
CON GUISANTES
FRUTA Y PAN**
Carbonara grain macarroni
Pork with peas
Fruit and bread
KCAL 732 PROT 25 g HC 78 g LIP 34 g
cena: crema de calabaza y pavo al horno

24
**LENTEJAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON QUESO
FRUTA Y PAN**
Lentils with vegetables
French omelette with cheese
Fruit and bread
KCAL 641 PROT 32,2 g HC 66,9 g LIP 24 g
cena: pollo asado con verduras

25
**ARROZ MILANESA
SALMON A LA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN**
Milanesa rice
Salmon in orange sauce with carrots
Fruit and bread
KCAL 574 PROT 29,3 g HC 77,4 g LIP 15,7 g
cena: acelgas rehogadas y bacalao ajillo

26
**SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO**
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
Cocido soup
chickpeas, bacon, veal, and chorizo
Dairy dessert and bread
KCAL 820 PROT 43,5 g HC 87,6 g LIP 31,3 g
cena: revuelto de champiñón

29
**FIDEUA DE VERDURA Y POLLO
MERLUZA EN SALSA MENIERE
CON CALABACIN RODAJA
FRUTA Y PAN**
Vegetables and chicken fideua
Hake in sauce with zucchini
Fruit and bread
KCAL 550 PROT 32 g HC 73 g LIP 13 g
cena: boquerones a la plancha con ensalada

30
**CREMA DE COLIFLOR
HAMBURGUESA MIXTA (burger meat)
EN SALSA CON CHAMPIÑON
FRUTA Y PAN**
Cauliflower cream
Burger in sauce with mushrooms
Fruit and bread
KCAL 580 PROT 23 g HC 59 g LIP 27 g
cena: salteado de verduras con pollo





LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

1 VACACIONES

2 ARROZ CON TOMATE
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 521 PROT 292 g HC 81,7 g LIP 11 g

3 CREMA DE PUERRO
FILETE DE POLLO AL CURRY
CON PATATAS VAPOR
FRUTA Y PAN

KCAL 515 PROT 38,1 g HC 55 g LIP 14,1 g

4 ESPIRALES CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON JAMON YORK
FRUTA Y PAN

KCAL 645 PROT 25,1 g HC 79 g LIP 24,4g

5 JUDIAS BLANCAS GUISADAS
MERLUZA EMPANADA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 701 PROT 33,5 g HC 80 g LIP 23,5 g

8 VERDURA TRICOLOR
TORTILLA DE PATATA
CON CALABACIN TEMPURA
FRUTA Y PAN

KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32g

9 GUISANTES REHOGADOS
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 626 PROT 23,9 g HC 64,4 g LIP 27,8 g

10 ARROZ DE LA HUERTA
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 504 PROT 23,9 g HC 71,3 g LIP 12,8 g

11 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

KCAL 773 PROT 40,7 g HC 82,5 g LIP 29,4g

12 CODITOS BOLONESA
MERLUZA EN SALSA DE VERDURA
CON SALTEADO
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 647PROT 38 g HC 81 g LIP 23 g

15 CREMA DE LA HUERTA
LACON A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

KCAL 414 PROT 21,9 g HC 51,1 g LIP 12,5 g

16 ARROZ TRES DELICIAS
ABADEJO A LA MARINERA
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA Y PAN

KCAL 466 PROT 20,7 g HC 73,7 g LIP 9,8 g

17 ALUBIAS PINTAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 641 PROT 26,9 g HC 68,9 g LIP 23,4g

18 JUDIAS VERDES REHOGADAS
POLLO AL CHILINDRON
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 572 PROT 37 g HC 53 g LIP 22 g

FERIA DE ABRIL
19 POTAJE ANDALUZ
FRITURA ANDALUZA
RABAS DE CALAMAR, BOQUERON TEMPURA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 818 PROT 40 g HC 82 g LIP 34 g

22 CREMA DE ZANAHORIA
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 543 PROT 22,3 g HC 56,2 g LIP 23,3 g

23 MACARRONES INTEGRALES
CARBONARA
CARCAMUSAS DE CERDO
CON GUISANTES
FRUTA Y PAN

KCAL 732 PROT 25 g HC 78 g LIP 34 g

24 VERDURA TRICOLOR
TORTILLA FRANCESA
CON QUESO
FRUTA Y PAN

KCAL 641 PROT 32,2 g HC 66,9 g LIP 24 g

25 ARROZ MILANESA
SALMON A LA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 574 PROT 29,3 g HC 77,4 g LIP 15,7 g

26 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 820 PROT 43,5 g HC 87,6 g LIP 31,3 g

29 FIDEUA DE VERDURA Y POLLO
MERLUZA EN SALSA MENIERE
CON CALABACIN RODAJA
FRUTA Y PAN

KCAL 550 PROT 32 g HC 73 g LIP 13 g

30 CREMA DE COLIFLOR
HAMBURGUESA MIXTA (burger meat)
EN SALSA CON CHAMPIÑON
FRUTA Y PAN

KCAL 580 PROT 23 g HC 59 g LIP 27 g





PALOMERAS

ABRIL 2024 SIN FRUTOS SECOS, LEGUMBRE NI GUISANTE

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

1 VACACIONES

2 ARROZ CON TOMATE
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 521 PROT 292 g HC 81,7 g LIP 11 g

3 CREMA DE PUERRO
FILETE DE POLLO AL CURRY
CON PATATAS VAPOR
FRUTA Y PAN

KCAL 515 PROT 38,1 g HC 55 g LIP 14,1 g

4 ESPIRALES CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 645 PROT 25,1 g HC 79 g LIP 24,4g

5 BROCOLI REHOGADO
MERLUZA EMPANADA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 701 PROT 33,5 g HC 80 g LIP 23,5 g

8 VERDURA TRICOLOR
TORTILLA DE PATATA
CON CALABACIN TEMPURA
FRUTA Y PAN

KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32g

9 CREMA DE CALABACIN
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 626 PROT 23,9 g HC 64,4 g LIP 27,8 g

10 ARROZ CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 504 PROT 23,9 g HC 71,3 g LIP 12,8 g

11 SOPA DE AVE
CON FIDEOS
FILETE DE PAVO AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 773 PROT 40,7 g HC 82,5 g LIP 29,4g

12 CODITOS BOLONESA
MERLUZA A LA PROVENZAL
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 647PROT 38 g HC 81 g LIP 23 g

15 CREMA DE LA HUERTA
LACON A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

KCAL 414 PROT 21,9 g HC 51,1 g LIP 12,5 g

16 ARROZ CON VERDURA WOK
ABADEJO A LA MARINERA
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA Y PAN

KCAL 466 PROT 20,7 g HC 73,7 g LIP 9,8 g

17 BROCOLI REHOGADO
TORTILLA DE PATATA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 641 PROT 26,9 g HC 68,9 g LIP 23,4g

18 CREMA DE CALABAZA
POLLO AL CHILINDRON
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 572 PROT 37 g HC 53 g LIP 22 g

FERIA DE ABRIL
19 ARROZ CON VERDURAS
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 818 PROT 40 g HC 82 g LIP 34 g

22 CREMA DE ZANAHORIA
MERLUZA A LA JARDINERA
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN

KCAL 543 PROT 22,3 g HC 56,2 g LIP 23,3 g

23 MACARRONES INTEGRALES
CARBONARA
MAGRO ESTOFADO
CON CHAMPINON
FRUTA Y PAN

KCAL 732 PROT 25 g HC 78 g LIP 34 g

24 VERDURA TRICOLOR
TORTILLA FRANCESA
CON QUESO
FRUTA Y PAN

KCAL 641 PROT 32,2 g HC 66,9 g LIP 24 g

25 ARROZ CON VERDURA ASADA
SALMON A LA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 574 PROT 29,3 g HC 77,4 g LIP 15,7 g

26 SOPA DE AVE
CON FIDEOS
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 820 PROT 43,5 g HC 87,6 g LIP 31,3 g

29 ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA MENIERE
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN

KCAL 550 PROT 32 g HC 73 g LIP 13 g

30 CREMA DE COLIFLOR
RAGU DE TERNERA EN SALSA
CON CHAMPINON
FRUTA Y PAN

KCAL 580 PROT 23 g HC 59 g LIP 27 g





LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

1 VACACIONES

2 ARROZ CON TOMATE
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 521 PROT 292 g HC 81,7 g LIP 11 g

3 CREMA DE PUERRO
FILETE DE POLLO AL CURRY
CON PATATAS VAPOR
FRUTA Y PAN

KCAL 515 PROT 38,1 g HC 55 g LIP 14,1 g

4 ESPIRALES CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON JAMON YORK
FRUTA Y PAN

KCAL 645 PROT 25,1 g HC 79 g LIP 24,4g

5 JUDIAS BLANCAS GUIADAS
MERLUZA EMPANADA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 701 PROT 33,5 g HC 80 g LIP 23,5 g

8 LENTEJAS GUIADAS
TORTILLA DE PATATA
CON CALABACIN TEMPURA
FRUTA Y PAN

KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32g

9 GUISANTES REHOGADOS
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 626 PROT 23,9 g HC 64,4 g LIP 27,8 g

10 ARROZ DE LA HUERTA
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 504 PROT 23,9 g HC 71,3 g LIP 12,8 g

11 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

KCAL 773 PROT 40,7 g HC 82,5 g LIP 29,4g

12 CODITOS BOLONESA
MERLUZA EN SALSA DE VERDURA
CON SALTEADO
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 647PROT 38 g HC 81 g LIP 23 g

15 CREMA DE LA HUERTA
LACON A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

KCAL 414 PROT 21,9 g HC 51,1 g LIP 12,5 g

16 ARROZ TRES DELICIAS
ABADEJO A LA MARINERA
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA Y PAN

KCAL 466 PROT 20,7 g HC 73,7 g LIP 9,8 g

17 ALUBIAS PINTAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 641 PROT 26,9 g HC 68,9 g LIP 23,4g

18 JUDIAS VERDES REHOGADAS
POLLO AL CHILINDRON
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 572 PROT 37 g HC 53 g LIP 22 g

FERIA DE ABRIL
19 POTAJE ANDALUZ
FRITURA ANDALUZA
RABAS DE CALAMAR, BOQUERON TEMPURA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 818 PROT 40 g HC 82 g LIP 34 g

22 CREMA DE ZANAHORIA
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 543 PROT 22,3 g HC 56,2 g LIP 23,3 g

23 MACARRONES INTEGRALES
CARBONARA
CARCAMUSAS DE CERDO
CON GUISANTES
FRUTA Y PAN

KCAL 732 PROT 25 g HC 78 g LIP 34 g

24 LENTEJAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON QUESO
FRUTA Y PAN

KCAL 641 PROT 32,2 g HC 66,9 g LIP 24 g

25 ARROZ MILANESA
SALMON A LA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 574 PROT 29,3 g HC 77,4 g LIP 15,7 g

26 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 820 PROT 43,5 g HC 87,6 g LIP 31,3 g

29 FIDEUA DE VERDURA Y POLLO
MERLUZA EN SALSA MENIERE
CON CALABACIN RODAJA
FRUTA Y PAN

KCAL 550 PROT 32 g HC 73 g LIP 13 g

30 CREMA DE COLIFLOR
HAMBURGUESA MIXTA (burger meat)
EN SALSA CON CHAMPIÑON
FRUTA Y PAN

KCAL 580 PROT 23 g HC 59 g LIP 27 g





LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

1 VACACIONES

2 ARROZ CON TOMATE
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 521 PROT 292 g HC 81,7 g LIP 11 g

3 CREMA DE PUERRO
FILETE DE POLLO AL CURRY
CON PATATAS VAPOR
FRUTA Y PAN

KCAL 515 PROT 38,1 g HC 55 g LIP 14,1 g

4 ESPIRALES CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON JAMON YORK
FRUTA Y PAN

KCAL 645 PROT 25,1 g HC 79 g LIP 24,4g

5 JUDIAS BLANCAS GUIADAS
MERLUZA EMPANADA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 701 PROT 33,5 g HC 80 g LIP 23,5 g

8 LENTEJAS GUIADAS
TORTILLA DE PATATA
CON CALABACIN TEMPURA
FRUTA Y PAN

KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32g

9 GUIANTES REHOGADOS
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 626 PROT 23,9 g HC 64,4 g LIP 27,8 g

10 ARROZ CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 504 PROT 23,9 g HC 71,3 g LIP 12,8 g

11 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

KCAL 773 PROT 40,7 g HC 82,5 g LIP 29,4g

12 CODITOS BOLONESA
MERLUZA EN SALSA DE VERDURA
CON SALTEADO
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 647PROT 38 g HC 81 g LIP 23 g

15 CREMA DE LA HUERTA
LACON A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

KCAL 414 PROT 21,9 g HC 51,1 g LIP 12,5 g

16 ARROZ TRES DELICIAS
ABADEJO A LA MARINERA
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA Y PAN

KCAL 466 PROT 20,7 g HC 73,7 g LIP 9,8 g

17 ALUBIAS PINTAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 641 PROT 26,9 g HC 68,9 g LIP 23,4g

18 JUDIAS VERDES REHOGADAS
POLLO AL CHILINDRON
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 572 PROT 37 g HC 53 g LIP 22 g

FERIA DE ABRIL
19 POTAJE ANDALUZ
FRITURA ANDALUZA
RABAS DE CALAMAR, BOQUERON TEMPURA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 818 PROT 40 g HC 82 g LIP 34 g

22 CREMA DE ZANAHORIA
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 543 PROT 22,3 g HC 56,2 g LIP 23,3 g

23 MACARRONES INTEGRALES
CARBONARA
CARCAMUSAS DE CERDO
CON GUIANTES
FRUTA Y PAN

KCAL 732 PROT 25 g HC 78 g LIP 34 g

24 LENTEJAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON QUESO
FRUTA Y PAN

KCAL 641 PROT 32,2 g HC 66,9 g LIP 24 g

25 ARROZ MILANESA
SALMON A LA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 574 PROT 29,3 g HC 77,4 g LIP 15,7 g

26 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 820 PROT 43,5 g HC 87,6 g LIP 31,3 g

29 ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA MENIERE
CON CALABACIN RODAJA
FRUTA Y PAN

KCAL 550 PROT 32 g HC 73 g LIP 13 g

30 CREMA DE COLIFLOR
HAMBURGUESA MIXTA (burger meat)
EN SALSA CON CHAMPIÑON
FRUTA Y PAN

KCAL 580 PROT 23 g HC 59 g LIP 27 g





LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

1
VACACIONES

2
ARROZ CON TOMATE
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 521 PROT 292 g HC 81,7 g LIP 11 g

3
CREMA DE PUERRO
FILETE DE POLLO AL CURRY
CON PATATAS VAPOR
FRUTA Y PAN

KCAL 515 PROT 38,1 g HC 55 g LIP 14,1 g

4
ESPIRALES CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON JAMON YORK
FRUTA Y PAN

KCAL 645 PROT 25,1 g HC 79 g LIP 24,4g

5
JUDIAS BLANCAS GUISADAS
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
POSTRE DE SOJA Y PAN

KCAL 701 PROT 33,5 g HC 80 g LIP 23,5 g

8
LENTEJAS GUISADAS
TORTILLA DE PATATA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32g

9
GUISANTES REHOGADOS
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 626 PROT 23,9 g HC 64,4 g LIP 27,8 g

10
ARROZ DE LA HUERTA
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 504 PROT 23,9 g HC 71,3 g LIP 12,8 g

11
SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

KCAL 773 PROT 40,7 g HC 82,5 g LIP 29,4g

12
CODITOS BOLONESA
MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS
CON SALTEADO
POSTRE DE SOJA Y PAN

KCAL 647PROT 38 g HC 81 g LIP 23 g

15
CREMA DE LA HUERTA
LACON A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

KCAL 414 PROT 21,9 g HC 51,1 g LIP 12,5 g

16
ARROZ TRES DELICIAS
ABADEJO A LA MARINERA
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA Y PAN

KCAL 466 PROT 20,7 g HC 73,7 g LIP 9,8 g

17
ALUBIAS PINTAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA CON
ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 641 PROT 26,9 g HC 68,9 g LIP 23,4g

18
JUDIAS VERDES REHOGADAS
POLLO AL CHILINDRON
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 572 PROT 37 g HC 53 g LIP 22 g

FERIA DE ABRIL
19
POTAJE ANDALUZ
BACALAO EMPANADO
CON ENSALADA
POSTRE DE SOJA Y PAN

KCAL 818 PROT 40 g HC 82 g LIP 34 g

22
CREMA DE ZANAHORIA
MERLUZA A LA JARDINERA
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN

KCAL 543 PROT 22,3 g HC 56,2 g LIP 23,3 g

23
PASTA INTEGRAL
SALSA PROVENZAL
CARCAMUSAS DE CERDO
CON GUISANTES
FRUTA Y PAN

KCAL 732 PROT 25 g HC 78 g LIP 34 g

24
LENTEJAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON CALABACIN Y ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 641 PROT 32,2 g HC 66,9 g LIP 24 g

25
ARROZ CON VERDURA ASADA
SALMON A LA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 574 PROT 29,3 g HC 77,4 g LIP 15,7 g

26
SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE DE SOJA Y PAN

KCAL 820 PROT 43,5 g HC 87,6 g LIP 31,3 g

29
FIDEUA DE VERDURA
MERLUZA EN SALSA MENIERE
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN

KCAL 550 PROT 32 g HC 73 g LIP 13 g

30
CREMA DE COLIFLOR
HAMBURGUESA MIXTA (burger meat)
EN SALSA CON CHAMPINON
FRUTA Y PAN

KCAL 580 PROT 23 g HC 59 g LIP 27 g

