

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
12 KCal. 696 H.C. 93 Lip. 23 P. 32	13 KCal. 938 H.C. 129 Lip. 40 P. 26	14 KCal. 773 H.C. 91 Lip. 23 P. 56	15 KCal. 710 H.C. 81 Lip. 28 P. 37	16 KCal. 920 H.C. 113 Lip. 32 P. 52
PATATAS A LA RIOJANA	MACARRONES CON TOMATE	ALUBIAS PINTAS	PURE DE VERDURAS	GARBANZOS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON GUISANTES	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • LECHUGA	GUISADO DE TERNERA CON SALTEADO DE VERDURAS	FILETE DE POLLO EMPANADO • ZANAHORIA RALLADA	ATUN CON TOMATE
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
19 KCal. 802 H.C. 144 Lip. 22 P. 16	20 KCal. 685 H.C. 88 Lip. 21 P. 41	21 KCal. 643 H.C. 88 Lip. 19 P. 33	22 KCal. 839 H.C. 107 Lip. 35 P. 32	23 KCal. 725 H.C. 71 Lip. 39 P. 26
PURE DE BONIATO ECOLOGICO	LENTEJAS CON ARROZ	SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS	ALUBIAS BLANCAS	ACELGAS CON PATATAS
PAELLA VEGETAL	MUSLO DE POLLO ASADO • TOMATE FRESCO	FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA CON VERDURITAS	TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN AL HORNO • LECHUGA	MERLUZA FRESCA A LA ROMANA • MAHONESA
FRUTA PAN INTEGRAL	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
26 KCal. 923 H.C. 129 Lip. 37 P. 28	27 KCal. 671 H.C. 76 Lip. 29 P. 29	28 KCal. 788 H.C. 85 Lip. 31 P. 47	29 KCal. 851 H.C. 98 Lip. 33 P. 45	30 KCal. 640 H.C. 77 Lip. 26 P. 29
CARACOLILLOS CON TOMATE	SOPA MINISTRONE	PURE DE ZANAHORIA	GARBANZOS CON ESPINACAS	JUDIAS VERDES CON PATATAS
TORTILLA DE PATATAS Y BACALAO AL HORNO • ZANAHORIA RALLADA	ALBONDIGAS EN SALSA CON VERDURITAS	BACALAO CON TOMATE	FILETE DE TERNERA EMPANADO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES	LOMO DE MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN