

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 KCal. 642 H.C. 76 Lip. 21 P. 41	3 KCal. 903 H.C. 119 Lip. 37 P. 32	4 KCal. 810 H.C. 102 Lip. 34 P. 30	5 KCal. 687 H.C. 79 Lip. 28 P. 34	
MENESTRA DE VERDURAS ECOLOGICO	ESPIRALES ECOLOGICOS CON TOMATE	LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA	PURE DE CALABAZA	
GUISADO DE TERNERA CON SALTEADO DE VERDURAS	FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA • ENSALADA CUATRO ESTACIONES	TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN AL HORNO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES	ATUN AL AJOARRIERO	
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR PAN	
9 KCal. 910 H.C. 122 Lip. 36 P. 27	10 KCal. 898 H.C. 131 Lip. 32 P. 29	11 KCal. 646 H.C. 82 Lip. 30 P. 18	12 KCal. 807 H.C. 99 Lip. 29 P. 44	13 KCal. 718 H.C. 96 Lip. 22 P. 40
PATATAS A LA RIOJANA	ARROZ CON TOMATE	SOPA MINISTRONE	ALUBIAS BLANCAS	PURE DE VERDURAS ECOLOGICO
SAN JACOBO • SALSA DE TOMATE FRITO	FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA • TOMATE FRESCO	TORTILLA DE PATATAS Y CHAMPIÑONES AL HORNO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES	FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA CON VERDURITAS	ESCALOPE DE POLLO CON SALSA AGRIDULCE Y VERDURITAS
PASTELITO DE CHOCOLATE PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
16 KCal. 633 H.C. 82 Lip. 15 P. 47	17 KCal. 802 H.C. 152 Lip. 14 P. 27	18 KCal. 727 H.C. 76 Lip. 28 P. 46	19 KCal. 695 H.C. 71 Lip. 36 P. 26	20 KCal. 857 H.C. 106 Lip. 38 P. 31
SOPA DE AVE Y COCIDO CON FIDEO ECOLOGICO	LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA	PURE DE CALABACIN	ACELGAS CON PATATAS	GARBANZOS
ZANCARRON DE TERNERA CON TOMATE	PAELLA VEGETAL ECOLOGICA	RAGOUT DE LOMO CON GUISANTES	MERLUZA FRESCA A LA ROMANA • ENSALADA CUATRO ESTACIONES	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN