

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
4 KCal. 745 H.C. 75 Lip. 40 P. 31	5 KCal. 860 H.C. 158 Lip. 17 P. 28	6 KCal. 626 H.C. 91 Lip. 21 P. 20	7 KCal. 765 H.C. 81 Lip. 33 P. 39	8 KCal. 572 H.C. 71 Lip. 22 P. 27
JUDIAS VERDES CON PATATAS	GARBANZOS	SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS	LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA	PORRUSALDA
ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSAS CON VERDURITAS	PAELLA VEGETAL ECOLOGICA	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO EUSKAL BASERRI	MERLUZA FRESCA A LA ROMANA • ENSALADA CUATRO ESTACIONES	MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN
11 KCal. 949 H.C. 128 Lip. 40 P. 28	12 KCal. 766 H.C. 115 Lip. 16 P. 46	13 KCal. 751 H.C. 62 Lip. 41 P. 37	14 KCal. 859 H.C. 122 Lip. 34 P. 22	15 KCal. 780 H.C. 88 Lip. 35 P. 35
ESPIRALES CON TOMATE	ALUBIAS PINTAS	ACELGAS CON PATATAS	PATATAS GUIADAS CON TERNERA	PURE DE VERDURAS ECOLOGICO
TORTILLA DE PATATAS Y BACALAO AL HORNO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES	ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ	ABADEJO A LA ROMANA • MAHONESA	EMPANADILLAS DE ATUN • ENSALADA CUATRO ESTACIONES	FILETE DE PERNIL EMPANADO CON PIMIENTOS ROJOS
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
18 KCal. 733 H.C. 87 Lip. 26 P. 44	19 KCal. 828 H.C. 128 Lip. 26 P. 28	20 KCal. 705 H.C. 90 Lip. 28 P. 26	21 KCal. 874 H.C. 85 Lip. 50 P. 26	22 KCal. 834 H.C. 112 Lip. 25 P. 46
SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS	ARROZ CON TOMATE	GARBANZOS CON VERDURA ECOLOGICA	PURE DE CALABAZA	ALUBIAS BLANCAS
PECHUGA DE POLLO EMPANADA EN SALSAS DE CHAMPIÑON	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • TOMATE FRESCO EUSKAL BASERRI	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES	ALBONDIGAS EN SALSAS CON ZANAHORIAS	BACALAO A LA RIOJANA
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
25 KCal. 978 H.C. 134 Lip. 35 P. 41	26 KCal. 732 H.C. 104 Lip. 26 P. 25	27 KCal. 731 H.C. 96 Lip. 26 P. 31	28 KCal. 576 H.C. 91 Lip. 11 P. 31	29 KCal. 791 H.C. 87 Lip. 33 P. 41
MACARRONES CON TOMATE	LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA	PURE DE VERDURAS	SOPA MINISTRONE	PATATAS A LA RIOJANA
LOMO ADOBADO EMPANADO CON PIMIENTOS ROJOS	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO EUSKAL BASERRI	ATUN AL AJOARRIERO	ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ	ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA CUATRO ESTACIONES
PASTELITO DE CHOCOLATE PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN