

Basal

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

06 Kcal 772 Lip. 30 P. 26 H.C. 96 ● Crema de calabacín – Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave ● Fruta Pan	07 Kcal 794 Lip. 32 P. 27 H.C. 97 – Sopa de estrellas con pollo y huevo – Tortilla de patata y chorizo con lechuga – Yogur natural azucarado Pan	08 Kcal 916 Lip. 43 P. 49 H.C. 82 – Menestra de verduras – Muslo de pollo asado con champiñón, zanahoria y patata ● Fruta Pan	09 Kcal 928 Lip. 30 P. 52 H.C. 106 – Garbanzos – Lomo adobado de cerdo rebozado con ensalada liz – Yogur sabores Pan	10 Kcal 914 Lip. 25 P. 34 H.C. 140 – Arroz con tomate – Merluza en salsa meniere ● Fruta Pan
13 Kcal 749 Lip. 28 P. 40 H.C. 82 ● Puré de acelgas y espinacas – Pechugas de pollo en salsa de champiñón ● Fruta Pan	14 Kcal 744 Lip. 21 P. 36 H.C. 94 ● Patatas en salsa verde – Filete de abadejo romana con lechuga – Yogur sabores Pan	15 Kcal 816 Lip. 11 P. 28 H.C. 140 – Lentejas con verdura – Arroz con verduritas de la huerta ● Fruta Pan	16 Kcal 726 Lip. 32 P. 29 H.C. 80 – Sopa de lluvia – Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera – Yogur sabores Pan	17 Kcal 884 Lip. 23 P. 27 H.C. 135 – Alubias rojas – Empanadillas de atún con ensalada liz ● Fruta Pan
20 Kcal 919 Lip. 45 P. 34 H.C. 93 – Vainas rehogadas – Escalope de cerdo con chips ● Fruta Pan	21 Kcal 752 Lip. 26 P. 36 H.C. 91 ● Patatas a la riojana – Medallones de merluza a la gallega – Yogur natural azucarado Pan	22 Kcal 707 Lip. 27 P. 23 H.C. 91 ● Puré de verdura – Salchichas frankfurt con tomate y patatas ● Fruta Pan	23 Kcal 977 Lip. 38 P. 38 H.C. 116 – Códigos napolitanos – Alitas de pollo con lechuga – Yogur sabores Pan	24 Kcal 781 Lip. 20 P. 30 H.C. 113 – Garbanzos – Tortilla de patata con ensalada liz ● Fruta Pan
27 Kcal 772 Lip. 40 P. 54 H.C. 77 – Lentejas – Estofado de pollo con verduras ● Fruta Pan	28 Kcal 824 Lip. 32 P. 29 H.C. 104 ● Crema de calabaza y zanahoria – Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera – Yogur sabores Pan	29 Kcal 677 Lip. 23 P. 20 H.C. 97 – Sopa de letras – Tortilla de patata con lechuga ● Fruta Pan	30 Kcal 939 Lip. 21 P. 38 H.C. 140 – Alubias blancas – San jacob con ensalada liz – Yogur natural azucarado Pan	31 Kcal 962 Lip. 28 P. 38 H.C. 135 – Arroz con salchichas y chorizo – Filete de abadejo en salsa verde ● Fruta Pan

● Los indicativos de color naranja indican que los platos se han preparado con productos de proximidad: menor huella de carbono y mayor retorno económico.

