

<p>LUNES 1 621, 90 kcal  </p> <p>ARROZ CON TOMATE (arroz, tomate, ajo) HUEVO Y SALCHICHAS PAN Y PERA</p>	<p>MARTES 2   608 Kcal</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA (zanahoria, patata, cebolla) PIZZA DE ATÚN Y JAMÓN YORK (base de pizza, tomate, queso, orégano, atún, jamón york) PAN Y YOGUR</p>	<p>MIÉRCOLES 3   536,14Kcal</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS (judías verdes, guisantes, zanahorias, champiñón, coliflor) GUIZO DE FIDEOS CON CAELLA (tomate, pimiento, cebolla, ajo, fideos, caella) PAN Y PLÁTANO</p>	<p>JUEVES 4   618,48 Kcal</p> <p>POTAJE DE GARBANZOS CON CALABAZA (garbanzos, tomate, pimiento, ajo, cebolla, patata, calabaza) LOMO ADOBADO CON GUISANTES (guisantes, cebolla) PAN Y MELOCOTÓN</p>	<p>VIERNES 5 602 Kcal  </p> <p>PISTO CON ARROZ (berenjena, calabacín, pimiento, cebolla, zanahoria, tomate frito, patata) MERLUZA A LA PLANCHA PAN INTEGRAL Y MANZANA</p>
<p>LUNES 8   632.7 Kcal</p> <p>LENTEJAS CON VERDURAS (tomate, pimiento, ajo, cebolla, berenjena, calabacín, laurel, patatas) TORTILLA DE PATATAS Y CALABACÍN (patata, calabacín, huevo) PAN Y MANZANA</p>	<p>MARTES 9   630,1 kcal</p> <p>ESTOFADO DE TERNERA (patata, cebolla, ajo, tomate, pimiento, zanahoria, laurel, ternera) MERLUZA FRITA AL LIMÓN (merluza, harina, limón) PAN Y PERA</p>	<p>MIÉRCOLES 10   610Kcal</p> <p>ENSALADA DE LA HUERTA (lechuga, pepino, tomate, cebolla, huevo) ARROZ GUISADO CON MAGRO DE CERDO (tomate, pimiento, ajo, calabacín, magro de cerdo) PAN Y PLÁTANO</p>	<p>JUEVES 11   657 Kcal</p> <p>CREMA DE CALABAZA (patatas, calabaza, cebolla) ENSALADA DE PASTA (espirales, atún, palito de cangrejo, maíz, aceitunas) PAN INTEGRAL Y MELOCOTÓN</p>	<p>VIERNES 12  663 kcal</p> <p>POTAJE DE HABICHELAS CON CHORIZO (tomate, pimiento, ajo, cebolla, patata, laurel, chorizo) LENGUADO EN SALSA DE ZANAHORIA AL HORNO (zanahoria, cebolla, ajo, laurel) PAN Y PERA</p>
<p>LUNES 22   639 Kcal</p> <p>CREMA DE CALABAZA (calabaza, patata, cebolla) CANELONES DE MERLUZA (placa canelón, merluza, tomate frito, cebolla) PAN Y PLÁTANO</p>	<p>MARTES 23     686,5 Kcal</p> <p>PUCHERO (apio, patata, zanahoria, pavo, ternera, salados, arroz, garbanzos) CROQUETAS CON TOMATE ALIÑADO PAN Y MELOCOTÓN</p>	<p>MIÉRCOLES 24   618,7kcal</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (arroz largo, ajo, fiambre york, huevo) MUSLITOS DE POLLO AL HORNO (ajo, cebolla, laurel) PAN Y MANZANA</p>	<p>JUEVES 25   608.3 Kcal</p> <p>POTAJE DE GARBANZOS CON CHOCO (tomate, pimiento, ajo, cebolla, patata, choco) TORTILLA FRANCESA CON COL PAN INTEGRAL Y YOGUR</p>	<p>VIERNES 26  610,4 Kcal</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS (judías verdes, guisantes, zanahorias, champiñón, coliflor) PASTEL DE CARNE (patata, leche, mantequilla, picada pollo, cebolla, tomate) PAN Y PERA</p>
<p>LUNES 29   660 kcal</p> <p>CREMA DE CALABACÍN (calabacín, patata, cebolla, puerro) PATATAS REVUELTAS CON HUEVO PAN Y YOGUR</p>	<p>MARTES 30     609,2 Kcal</p> <p>ENSALADA DE TOMATE, QUESO FRESCO Y ACEITUNAS ESPIRALES CON TOMATE Y ATÚN PAN INTEGRAL Y PLÁTANO</p>	<p>MIÉRCOLES 1  673,7 Kcal</p> <p>ALUBIAS A LA JARDINERA (patata, zanahoria, arroz, pimiento, tomate, cebolla) MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE ZANAHORIAS (zanahoria, cebolla, ajo, laurel) PAN Y MANZANA</p>	<p>JUEVES 2   621,1 Kcal</p> <p>LENTEJAS CON VERDURAS (tomate, pimiento, ajo, cebolla, berenjena, calabacín, laurel, patatas) ALBÓNDIGAS EN SALSA DE TOMATE PAN Y PERA</p>	<p>VIERNES 3   610 kcal</p> <p>ENSALADA DE LA HUERTA (lechuga, pepino, tomate, cebolla, huevo) ARROZ GUISADO CON MAGRO DE CERDO (tomate, pimiento, ajo, calabacín, magro de cerdo) PAN Y PLÁTANO</p>