

Lunes Monday	Martes Tuesday	Miércoles Wednesday	Jueves Thursday	Viernes Friday
-----------------	-------------------	------------------------	--------------------	-------------------



3 KCal.850 / HC.93 / Lip.31 / Prt.49

- Sopa de cocido
- Garbanzos con compango, zanahorias y repollo
- Fruta de temporada
- Stew soup
- Chickpeas with meat, carrots and cauve
- Seasonal fruit

4 KCal.672 / HC.71 / Lip.33 / Prt.23

- Potaje de judías verdes, patata y zanahoria
- Lubina al horno con verduras
- Fruta de temporada
- Green bean stew
- Baked cod with vegetables
- Seasonal fruit

7 KCal.613 / HC.82 / Lip.20 / Prt.26

- Guisantes rehogados con jamón
- Revuelto de tortilla de champiñones
- Fruta de temporada
- Green peas with ham
- Mushroom scrambled eggs
- Seasonal fruit

8 KCal.650 / HC.81 / Lip.25 / Prt.25

- Crema de verduras
- Salmón al horno con puré de patata
- Fruta de temporada
- Cream of vegetable soup
- Baked salmon
- Creamy mashed potatoes
- Seasonal fruit

9 KCal.695 / HC.92 / Lip.23 / Prt.30

- Lentejas estofadas con arroz
- Ensalada mixta
- Fruta de temporada
- Lentil with rice stew
- Salad
- Seasonal fruit

10 KCal.683 / HC.81 / Lip.23 / Prt.38

- Potaje de verduras
- Pavo guisado con dados de patata
- Yogur natural
- Vegetable stew
- Turkey stew with vegetables and potatoes
- Seasonal fruit

11 KCal.787 / HC.103 / Lip.27 / Prt.33

- Espaguetis con pisto
- Abadejo al horno con verduras asadas
- Macedonia de frutas natural
- Pasta with vegetable sauce
- Baked pollock
- Roasted vegetables
- Salad fruit

14 KCal.717 / HC.93 / Lip.25 / Prt.30

- Crema de espinacas
- Tortilla de patata y calabacín
- Fruta de temporada
- Cream of spinach soup
- Zucchini omelette
- Seasonal fruit

15 KCal.742 / HC.89 / Lip.22 / Prt.47

- Pasta con pisto
- Lenguado a la plancha
- Ensalada de lechuga y tomate
- Yogur natural
- Pasta with vegetable sauce
- Grilled sole
- Tomato and lettuce salad
- Yogurt

16 KCal.636 / HC.66 / Lip.30 / Prt.25

- Menestra de verdura
- Lomo de cerdo al horno con verduras y arroz
- Fruta de temporada
- Vegetable stew
- Grilled marinated tenderloin with vegetable stir fry and rice
- Seasonal fruit

17 KCal.690 / HC.81 / Lip.26 / Prt.33

- Alubias pintas estofadas
- Albóndigas de pescado
- Fruta de temporada
- Pinto bean stew
- Fishball
- Seasonal fruit

18 KCal.711 / HC.90 / Lip.23 / Prt.36

- Potaje de acelgas con zanahoria y patata
- Pollo al horno con arroz
- Fruta de temporada
- Chard stew
- Baked chicken
- White rice
- Seasonal fruit

21 KCal.725 / HC.85 / Lip.33 / Prt.23

- Arroz blanco
- Huevos con tomate
- Ensalada mixta
- Fruta de temporada
- White rice
- Boiled eggs with tomato sauce and salad
- Seasonal fruit

22 KCal.692 / HC.86 / Lip.24 / Prt.33

- Crema de verduras
- Chipirones guisados con arroz blanco
- Yogur natural
- Cream of vegetable soup
- Cuttlefish stew
- White rice
- Yogurt

23 KCal.769 / HC.79 / Lip.33 / Prt.39

- Fabada asturiana con compango
- Ensalada de lechuga y tomate
- Fruta de temporada
- "Fabada" black bean stew
- Tomato and lettuce salad
- Seasonal fruit

24 KCal.620 / HC.74 / Lip.21 / Prt.33

- Crema de calabaza y patata
- Ternera guisada con verduras y arroz blanco
- Fruta de temporada
- Cream of vegetable soup
- Stewed beef with vegetables and white rice
- Seasonal fruit

25 KCal.706 / HC.91 / Lip.23 / Prt.34

- Lentejas estofadas
- Pescadilla al horno con tomate asado
- Fruta de temporada
- Lentil stew
- Baked hake
- Roasted tomato
- Seasonal fruit

28 KCal.675 / HC.84 / Lip.27 / Prt.24

- Puré de calabacín
- Tortilla de patata con salsa de tomate natural
- Fruta de temporada
- Creamed of courgettes soup
- Spanish omelette
- Tomato sauce
- Seasonal fruit

29 KCal.699 / HC.74 / Lip.30 / Prt.33

- Crema de verduras
- Ternera guisada con patatas fritas
- Yogur natural
- Cream of vegetable soup
- Stewed beef with vegetables and fried potatoes
- Yogurt

30 KCal.725 / HC.85 / Lip.33 / Prt.23

- Arroz con salsa de tomate natural
- Bacalao asado con verduras salteadas
- Fruta de temporada
- White rice with tomato sauce
- Hake with green beans and carrot sauce
- Seasonal fruit

