

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1 MACARRONES ECOLOGICOS A LA ITALIANA (TOMATE Y CEBOLLA) LOMO DE CERDO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA YOGUR DE SOJA 540KCAL 15%P, 32%L, 4,2 g AGS, 53%HC 8,1 g Az, 6,2 g SAL
4 ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, ZANAHORIA 0 ARROZ A BANDA 0 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 606,5KCAL 12%P, 32%L, 3,8 g AGS, 56%HC 3,1 g Az, 4,7 g SAL	5 CREMA DE PATATA Y ZANAHORIA ECOLOGICA 0 POLLO AL HORNO 0 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,1KCAL 14%P, 34%L, 4,3 g AGS, 52%HC 5,4 g Az, 5 g SAL	6 POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS (ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA, ESPINACAS) TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA YOGUR DE SOJA 593,3KCAL 15%P, 32%L, 3,1 g AGS, 51%HC 5,4 g Az, 3,9 g SAL	7 ESPIRALES ECOLOGICOS CON TOMATE 0 SALMÓN AL HORNO 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 540KCAL 15%P, 32%L, 4,2 g AGS, 53%HC 8,1 g Az, 6,2 g SAL	8 GUISO DE ALUBIAS ECOLOGICAS A LA JARDINERA (PATATA, ZANAHORIA, CEBOLLA, ARROZ, TOMATE Y PIMIENTO VERDE) CAZUELA DE PATATA CON PALOMETA Y BACALAO (PATATA, TOMATE, PALOMETA, BACALAO) 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 606,8KCAL 15%P, 32%L, 4,6 g AGS, 50%HC 19,4 g Az, 4,4 g SAL
11 SEMANA SANTA	12 SEMANA SANTA	13 SEMANA SANTA	14 SEMANA SANTA	15 SEMANA SANTA
18 LENTEJAS ECOLOGICAS A LA RIOJANA (PATATA, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA) MEDIAS LUNAS DE HUEVO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 540KCAL 15%P, 32%L, 4,2 g AGS, 53%HC 8,1 g Az, 6,2 g SAL	19 CREMA DE PATATA Y CALABACIN ECOLÓGICA 0 POLLO ASADO EN SALSAS PROVENZAL (CEBOLLA, TOMATE, ESPECIAS) 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 529KCAL 15P, 34L, 3,4 g AGS, 46HC 0,1 g Az, 3,96 g SAL	20 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y MAIZ 0 CODITOS CON TOMATE 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL	21 SOPA DE AVE CON PASTA ECOLOGICA (PASTA, CEBOLLA, ZANAHORIA, POLLO) TORTILLA DE PATATA 0 ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 594,5 KCAL 15%P, 34%L, 5,2 g AGS, 50%HC 17 g Az, 5,6 g SAL	22 ARROZ CON VERDURAS ECOLÓGICA (JUDÍA VERDE, PIMIENTO, TOMATE) MERLUZA CON PATATA Y ZANAHORIA 0 0 PAN BLANCO Y AGUA YOGUR DE SOJA 593,3 KCAL 12%P, 30%L, 3,9 g AGS, 58%HC 20 g Az, g SAL 3,3
25 CREMA ECOLOGICA DE BRÓCOLI Y PATATA 0 PECHUGA DE PAVO AL HORNO 0 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,1KCAL 14%P, 34%L, 4,3 g AGS, 52%HC 5,4 g Az, 5 g SAL	26 FIDEOS A LA HORTELANA 0 TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN 0 ENSALADA DE TOMATE PAN BLANCO Y AGUA YOGUR DE SOJA 529KCAL 15P, 34L, 3,4 g AGS, 46HC 0,1 g Az, 3,96 g SAL	27 ARROZ COCIDO CON SALSAS DE TOMATE 0 LOMO DE CERDO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 602,1KCAL 14%P, 34%L, 4,3 g AGS, 52%HC 5,4 g Az, 5 g SAL	28 HUMMUS CASERO 0 MERLUZA A LA ROTÉÑA 0 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,3KCAL 14%P, 34%L, 5,8g AGS, 51%HC 17,7 g Az, 5,1 g SAL	29 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, REMOLACHA 0 PATATAS EN AMARILLO CON ATÚN 0 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 596,3KCAL 14%P, 34%L, 5,8g AGS, 51%HC 17,7 g Az, 5,1 g SAL