

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
12 FIDEÚA A LA HORTELANA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA, ZANAHORIA) TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN 0 ENSALADA DE TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 593,8KCAL 14%P, 31%L, 3,9 g AGS, 53%HC 5,2 g Az, 3,9 g SAL	13 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA 0 PATATAS EN AMARILLO CON PAVO 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 593,3 KCAL 12%P, 30%L, 3,9 g AGS, 58%HC 20 g Az, g SAL 3,3	14 CREMA ECOLÓGICA DE PUERRO Y PATATA 0 HAMBURGUESA (CERDO Y POLLO) EN SALSA (TOMATE, CEBOLLA, ESPECIAS) 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	15 ARROZ COCIDO CON SALSA DE TOMATE 0 ABADEJO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 593,3 KCAL 12%P, 30%L, 3,9 g AGS, 58%HC 20 g Az, g SAL 3,3	16 LENTEJAS ECOLÓGICAS A LA RIOJANA (PATATA, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA) MERLUZA AL HORNO 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 550KCAL 17%P, 29%L, 2 g AGS, 53%HC 4 g Az, 3 g SAL
19 ARROZ CON TOMATE 0 MEDIAS LUNAS DE HUEVO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ESPÁRRAGO PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 550KCAL 17%P, 29%L, 2 g AGS, 53%HC 4 g Az, 3 g SAL	20 CREMA ECOLÓGICA DE PATATA Y CALABAZA 0 POLLO ASADO EN SALSA PROVENZAL (TOMATE, CEBOLLA, AJO, ESPECIAS) 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 529 KCAL 13%P, 34%L, 4 g AGS, 53%HC 6,7 g Az, 4g SAL	21 ESPIRALES ECOLÓGICOS CON SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA 0 TORTILLA DE PATATA 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA 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 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAIZ 0 ALUBIAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON CHORIZO (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, CHORIZO) 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	23 SOPA DE AVE CON PASTA ECO (PASTA, CEBOLLA, ZANAHORIA, POLLO) MERLUZA AL HORNO 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 593,3 KCAL 12%P, 30%L, 3,9 g AGS, 58%HC 20 g Az, g SAL 3,3
26 CREMA DE PATATA Y CALABACÍN ECOLÓGICA 0 LOMO DE CERDO AL HORNO 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 550KCAL 17%P, 29%L, 2 g AGS, 53%HC 4 g Az, 3 g SAL	27 ARROZ CON VERDURAS ECOLÓGICAS (JUDÍA VERDE, PIMIENTO, TOMATE, GUISANTE) POLLO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 529 KCAL 13%P, 34%L, 4 g AGS, 53%HC 6,7 g Az, 4g SAL	28 POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS 0 TORTILLA FRANCESA 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA 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	29 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, PIMIENTO 0 MACARRONES CON SALSA DE TOMATE Y LIMANDA (LIMANDA, TOMATE, CEBOLLA, ESPECIAS) 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	30 CAZUELA DE LENTEJAS ECOLÓGICAS CON ARROZ (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA) MERLUZA AL HORNO 0 0 PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 593,3 KCAL 12%P, 30%L, 3,9 g AGS, 58%HC 20 g Az, g SAL 3,3