

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 ARROZ CON VERDURAS ECOLÓGICAS (JUDÍA VERDE, PIMIENTO, TOMATE, GUISANTE) PECHUGA DE PAVO AL HORNO 0 ENSALADA DE TOMATE Y ZANAHORIA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 550KCAL 17%P, 29%L, 2 g AGS, 53%HC 4 g Az, 3 g SAL	2 CREMA DE PATATA Y CALABACÍN ECOLÓGICA 0 POLLO AL HORNO 0 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	3 ESPIRALES ECOLÓGICOS CON SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA 0 TORTILLA FRANCESA AL HORNO 0 ENSALADA DE TOMATE 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	4 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINO, ZANAHORIA Y MAIZ 0 LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ ECOLÓGICAS (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA) 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	5 MACARRONES CON TOMATE 0 ABADEJO 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
8 GUIZO DE ALUBIAS A LA JARDINERA ECOLÓGICO (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO) MEDIAS LUNAS DE HUEVO 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	9 ARROZ COCIDO ECO CON SALSA DE TOMATE 0 ABADEJO HORNEADO A LA HORTELANA 0 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	10 MACARRONES CON TOMATE 0 TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ESPÁRRAGO 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	11 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAIZ 0 CODITOS CON TOMATE 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	12 CREMA DE PATATA CON VERDURAS ECOLÓGICA (ZANAHORIA, CALABACÍN, BRÓCOLI) ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y TOMATE 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
15 LENTEJAS ECOLÓGICAS A LA RIOJANA (ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE, PATATA) TORTILLA FRANCESA CON ATÚN AL HORNO 0 ENSALADA DE TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 550KCAL 17%P, 29%L, 2 g AGS, 53%HC 4 g Az, 3 g SAL	16 ARROZ CON TOMATE 0 LOMO DE CERDO AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 529 KCAL 13%P, 34%L, 4 g AGS, 53%HC 6,7 g Az, 4g SAL	17 CREMA DE HORTALIZAS ECOLÓGICA (PATATA, ZANAHORIA, CALABACIN, JUDIA VERDE, GUISANTE) POLLO ASADO PROVENZAL 0 PATATA PARISINA NOISSETE HORNEADA CON AOVE 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	18 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA, PIMIENTO 0 PATATAS EN AMARILLO CON PAVO 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	19 MACARRONES ECOLÓGICOS CON SALSA DE TOMATE Y CEBOLLA 0 ABADEJO 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
22 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA 0 CODITOS CON TOMATE 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	23 CREMA DE PATATA Y ZANAHORIA ECOLÓGICA 0 HAMBURGUESA DE POLLO EN SALSA (TOMATE, CEBOLLA, ESPECIAS) PATATA ASADA PAN BLANCO Y AGUA FRUTA DE TEMPORADA 529 KCAL 13%P, 34%L, 4 g AGS, 53%HC 6,7 g Az, 4g SAL	24 GARBANZOS CON VERDURAS 0 MEDIAS LUNAS DE HUEVO 0 ENSALADA DE LECHUGA, 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	25 ARROZ COCIDO ECO CON SALSA DE TOMATE 0 ABADEJO HORNEADO CON CEBOLLA EN SALSA VERDE (CEBOLLA, GUISANTES) 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	26 CREMA DE CALABACÍN 0 TORTILLA DE PATATA AL HORNO 0 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA 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
29	30			