

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Lentejas al estilo casero 	Cazuela de fideos 	Cocido de garbanzos con verduras 	Arroz de verdura y paleta cocida 	Crema de calabacín 
Colas de rape en salsa americana (cebolla, tomate, caldo de pescado) con verduras salteadas 	Jamonicos de pollo al horno con ensalada 	Merluza al horno con ajo y perejil con verduras salteadas 	Tortilla francesa con ensalada 	Albóndigas caseras de cerdo en salsa de tomate con verduras salteadas 
Fruta	Yogur de sabores 	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 667 kcal . Lípidos: 26,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,2 g . Hidratos de carbono: 61,6 g . Azúcares: 20,3 g . Proteínas: 39,0 g . Sal: 2,4 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.				
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Sopa de pescado con arroz 	Crema de verduras 	Alubias blancas al estilo casero 	Guiso de patatas con pollo 	Lentejas al estilo casero 
Salchichas Frankfurt al horno con tomate con verduras salteadas 	Varitas de merluza rebosadas Ensalada 	Huevo revuelto con jamón York y lechuga 	Bacalao al horno con cebolla y zanahoria 	Magro con tomate con verduras salteadas 
Fruta	Yogurt 	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 690 kcal . Lípidos: 39,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,7 g . Hidratos de carbono: 44,3 g . Azúcares: 19,4 g . Proteínas: 33,9 g . Sal: 3,3 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.				
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Crema de zanahoria	Sopa casera de cocido con garbanzos 	Macarrones a la boloñesa 	Lentejas con chorizo 	Paella de pollo 
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz 	Hamburguesa casera de cerdo en salsa de tomate con ensalada de olivas, zanahoria y lechuga 	Fogonero en salsa marinera con verduras salteadas 	Estofado de pavo a la jardinera 	Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria 
Fruta	Yogur de sabores 	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 634 kcal . Lípidos: 27,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,6 g . Hidratos de carbono: 55,6 g . Azúcares: 18,6 g . Proteínas: 36,5 g . Sal: 3,1 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.				
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Espirales de colores con atún 	Lentejas con zanahoria y cebolla 	Crema de verduras 	Arroz caldoso 	FESTIVO
Croquetas de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria 	Huevos cocidos con ensalada 	Bacalao al horno con patata y cebolla 	Lomo adobado al horno con ensalada de lechuga y maíz 	
Fruta	Yogurt 	Fruta	Fruta	
Energía: 525 kcal . Lípidos: 25,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,6 g . Hidratos de carbono: 46,0 g . Azúcares: 15,9 g . Proteínas: 24,8 g . Sal: 1,9 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.				
LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Energía: . Lípidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.				
En todos los menus se incluye Agua y pan. 				