

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
			Crema de calabacín 	Arroz tres delicias 
			Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate 	Hamburguesa casera de pollo en salsa de cebolla con ensalada de lechuga, tomate y 
			Fruta	Fruta

Energía: 750 kcal . Lípidos: 22,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 3,8 g . Hidratos de carbono: 90,6 g . Azúcares: 22,2 g . Proteínas: 30,0 g . Sal: 13,7 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Lentejas con verduras 	Crema de judía verde y calabaza 	Garbanzos con chorizo 	Fideos a la marinera 	Paella de pollo 
Nuggets de pollo al horno con champiñón salteado 	Huevos cocidos con ensalada de lechuga y maíz 	Fogonero en salsa verde con guisantes salteados 	Magro con tomate con verduras salteadas 	Merluza en salsa de tomate y pimiento 
Fruta	Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 897 kcal . Lípidos: 55,2 g . Ácidos Grasos Saturados: 9,7 g . Hidratos de carbono: 60,4 g . Azúcares: 20,5 g . Proteínas: 34,4 g . Sal: 3,5 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Arroz blanco con tomate	Alubias blancas con chorizo 	Crema de puerros 	Macarrones carbonara 	Lentejas al estilo casero 
Salchichas Frankfurt al horno Ensalada de lechuga y zanahoria 	Colas de rape rebozadas con Verduras 	Jamoncito de pollo asado al limón Ensalada de lechuga y zanahoria 	Revuelto de calabacín y cebolla 	Palometa en salsa de tomate con cebolla y zanahoria 
Fruta	Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 662 kcal . Lípidos: 31,6 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,2 g . Hidratos de carbono: 59,2 g . Azúcares: 19,4 g . Proteínas: 29,9 g . Sal: 3,5 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Crema de verduras 	Lentejas al estilo casero 	Paella de marisco 	Guiso de patatas con pollo 	Cocido de garbanzos con verduras 
Croquetas caseras de pollo con ensalada de lechuga y maíz 	Bacalao en salsa de tomate y pimiento con Verduras 	Carne en salsa castellana 	Merluza al horno con ajo y perejil con Verduras 	Huevos cocidos Ensalada de lechuga y tomate 
Fruta	Yogur 	Fruta	Fruta	Fruta

Energía: 560 kcal . Lípidos: 24,3 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,3 g . Hidratos de carbono: 48,9 g . Azúcares: 19,5 g . Proteínas: 32,2 g . Sal: 2,1 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5

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.



Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.