

Basal

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

01		02	Kcal 763 Lip. 23	P. 45 H.C. 80	03	Kcal 871 Lip. 29	P. 24 H.C. 129	04	Kcal 856 Lip. 22	P. 47 H.C. 104	05	Kcal 729 Lip. 25	P. 36 H.C. 87		
			- Lentejas - Merluza en salsa meniere - Yogur sabores Pan			- Sopa de lluvia - San jacob con lechuga - Fruta Pan			- Garbanzos - Filete de abadejo en salsa marinera - Yogur sabores Pan			- Crema de calabacín - Lomo fresco de cerdo rebozado con ensalada liz - Fruta Pan			
08	Kcal 654 Lip. 20	P. 46 H.C. 74		09	Kcal 738 Lip. 27	P. 22 H.C. 98	10	Kcal 764 Lip. 20	P. 44 H.C. 96	11	Kcal 1083 Lip. 41	P. 36 H.C. 144	12	Kcal 904 Lip. 34	P. 23 H.C. 124
	- Vainas rehogadas - Muslo de pollo asado con champiñón, zanahoria y patata - Fruta Pan				- Sopa de estrellas con pollo y huevo - Tortilla de patata con ensalada liz - Yogur natural azucarado Pan			- Alubias rojas - Medallones de merluza en salsa verde - Fruta Pan		- Paella - Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave - Yogur sabores Pan			- Ensalada mixta - Puré de verdura - Croquetas con jamón york - Fruta Pan		
15	Kcal 753 Lip. 26	P. 40 H.C. 77		16	Kcal 810 Lip. 34	P. 25 H.C. 98	17	Kcal 874 Lip. 35	P. 19 H.C. 118	18	Kcal 953 Lip. 36	P. 32 H.C. 121	19	Kcal 827 Lip. 25	P. 43 H.C. 96
	- Lentejas - Alitas de pollo con patatas - Fruta Pan				- Puré de acelgas y espinacas - Tortilla de patata y chorizo con lechuga - Yogur sabores Pan		● Patatas en salsa verde - Empanadillas de atún con ensalada liz - Fruta Pan			- Espaguetis napolitana - Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera - Yogur natural azucarado Pan			- Alubias blancas - Filete de abadejo romana con mahonesa - Fruta Pan		
22	Kcal 806 Lip. 30	P. 26 H.C. 109		23	Kcal 908 Lip. 38	P. 42 H.C. 99	24	Kcal 891 Lip. 14	P. 29 H.C. 158	25	Kcal 864 Lip. 35	P. 38 H.C. 97	26	Kcal 830 Lip. 34	P. 43 H.C. 84
	- Crema de calabaza y zanahoria - Nuggets de pollo con ensalada liz - Fruta Pan				- Sopa de ave con fideos - Lomo adobado de cerdo rebozado con chips - Yogur natural azucarado Pan			- Garbanzos - Arroz con verduritas de la huerta - Fruta Pan		● Patatas a la riojana - Merluza en salsa americana - Yogur sabores Pan			- Menestra de verduras - Pechugas de pollo rebozadas con lechuga - Fruta Pan		
29	Kcal 730 Lip. 17	P. 40 H.C. 89		30	Kcal 723 Lip. 19	P. 49 H.C. 86									
	- Lentejas con arroz integral - Filete de abadejo en salsa marinera - Fruta Pan				- Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con judías, zanahoria y patata - Yogur sabores Pan										

● Este punto indica los platos y días con producto local.



Régimen Celíaco

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

01		02	Kcal 630 Lip. 31	P. 27 H.C. 56	03	Kcal 610 Lip. 38	P. 12 H.C. 54	04	Kcal 761 Lip. 27	P. 37 H.C. 85	05	Kcal 698 Lip. 31	P. 30 H.C. 72	
			- Espinacas rehogadas			- Sopa jardinera			- Garbanzos			- Crema de calabacín		
			- Filete de merluza al horno en salsa suave			- Tortilla de queso con lechuga			- Bacalao al horno en salsa suave			- Lomo fresco de cerdo plancha en salsa con ensalada liz		
			- Yogur sabores			- Fruta			- Yogur sabores			- Fruta		
			Pan			Pan			Pan			Pan		
08	Kcal 705 Lip. 31	P. 41 H.C. 64	09	Kcal 693 Lip. 36	P. 13 H.C. 75	10	Kcal 693 Lip. 23	P. 37 H.C. 78	11	Kcal 976 Lip. 35	P. 47 H.C. 117	12	Kcal 663 Lip. 26	P. 31 H.C. 75
							- Alubias rojas			- Arroz blanco con verduras			- Puré de verdura	
			- Vainas rehogadas			- Sopa minestrone	- Medallones de merluza al horno en salsa verde			- Estofado de ternera con verduras en salsa			- Pechugas de pavo plancha en salsa	
			- Muslo de pollo asado con verduras			- Tortilla de patata con ensalada liz	- Fruta			- Yogur sabores			- Fruta	
			- Fruta			- Yogur natural azucarado	Pan			Pan			Pan	
			Pan			Pan								
15	Kcal 732 Lip. 40	P. 23 H.C. 69	16	Kcal 811 Lip. 40	P. 20 H.C. 87	17	Kcal 611 Lip. 24	P. 21 H.C. 77	18	Kcal 1047 Lip. 40	P. 48 H.C. 119	19	Kcal 711 Lip. 22	P. 36 H.C. 79
							● Patatas en salsa verde			- Macarrones blancos con tomate			- Alubias blancas	
			- Puré de verdura				- Bacalao al horno con ensalada liz			- Carne guisada de ternera con verduras			- Filete de abadejo al horno con zanahoria	
			- Alitas de pollo con patatas naturales				- Fruta			- Yogur natural azucarado			- Fruta	
			- Fruta				Pan			Pan			Pan	
			Pan											
22	Kcal 703 Lip. 29	P. 12 H.C. 99	23	Kcal 744 Lip. 40	P. 42 H.C. 51	24	Kcal 892 Lip. 20	P. 24 H.C. 148	25	Kcal 758 Lip. 35	P. 31 H.C. 77	26	Kcal 799 Lip. 40	P. 37 H.C. 69
							- Garbanzos			● Patatas a la riojana			- Menestra de verduras	
			- Crema de calabaza y zanahoria				- Arroz con verduritas de la huerta			- Filete de merluza al horno en salsa suave			- Pechugas de pollo plancha en salsa con lechuga	
			- Tortilla de patata con ensalada liz				- Fruta			- Yogur sabores			- Fruta	
			- Fruta				Pan			Pan			Pan	
			Pan											
29	Kcal 574 Lip. 28	P. 21 H.C. 55	30	Kcal 770 Lip. 31	P. 45 H.C. 75									
			- Acelgas rehogadas											
			- Filete de abadejo al horno en salsa suave											
			- Fruta											
			Pan											

Nota: Pan para celíacos ADPAN; Lácteos Danone; Tomate frito Orlando o IAN; Pasta de arroz/maíz Gallo; Harina de arroz/maíz; No utilización de caldos ni condimentos.

● Este punto indica los platos y días con producto local.



Régimen No Cerdo

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

01		02	Kcal 763 Lip. 23	P. 45 H.C. 80	03	Kcal 609 Lip. 32	P. 16 H.C. 64	04	Kcal 856 Lip. 22	P. 47 H.C. 104	05	Kcal 690 Lip. 24	P. 27 H.C. 91		
			- Lentejas - Merluza en salsa meniere - Yogur sabores Pan			- Sopa jardinera - Tortilla de queso con lechuga - Fruta Pan			- Garbanzos - Filete de abadejo en salsa marinera - Yogur sabores Pan			- Crema de calabacín - Huevos con bechamel - Fruta Pan			
08	Kcal 630 Lip. 17	P. 45 H.C. 74		09	Kcal 692 Lip. 29	P. 17 H.C. 86	10	Kcal 764 Lip. 20	P. 44 H.C. 96	11	Kcal 975 Lip. 29	P. 51 H.C. 127	12	Kcal 662 Lip. 19	P. 36 H.C. 85
	- Vainas rehogadas - Muslo de pollo asado con champiñón, zanahoria y patata - Fruta Pan				- Sopa minestrone - Tortilla de patata con ensalada liz - Yogur natural azucarado Pan			- Alubias rojas - Medallones de merluza en salsa verde - Fruta Pan		- Arroz blanco con verduras - Estofado de ternera con verduras en salsa - Yogur sabores Pan			- Puré de verdura - Pechugas de pavo plancha en salsa - Fruta Pan		
15	Kcal 753 Lip. 26	P. 40 H.C. 77		16	Kcal 768 Lip. 30	P. 20 H.C. 100	17	Kcal 874 Lip. 35	P. 19 H.C. 118	18	Kcal 1019 Lip. 32	P. 57 H.C. 122	19	Kcal 827 Lip. 25	P. 43 H.C. 96
	- Lentejas - Alitas de pollo con patatas - Fruta Pan				- Puré de acelgas y espinacas - Tortilla de patata con lechuga - Yogur sabores Pan		● Patatas en salsa verde - Empanadillas de atún con ensalada liz - Fruta Pan			- Espaguetis napolitana - Carne guisada de ternera con verduras - Yogur natural azucarado Pan			- Alubias blancas - Filete de abadejo romana con mahonesa - Fruta Pan		
22	Kcal 702 Lip. 22	P. 16 H.C. 110		23	Kcal 743 Lip. 33	P. 46 H.C. 62	24	Kcal 891 Lip. 14	P. 29 H.C. 158	25	Kcal 781 Lip. 27	P. 34 H.C. 97	26	Kcal 793 Lip. 31	P. 42 H.C. 82
	- Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de patata con ensalada liz - Fruta Pan				- Sopa jardinera - Zancarrón de ternera con pimientos - Yogur natural azucarado Pan			- Garbanzos - Arroz con verduritas de la huerta - Fruta Pan		● Porrusalda - Merluza en salsa americana - Yogur sabores Pan			- Menestra de verduras - Pechugas de pollo rebozadas con lechuga - Fruta Pan		
29	Kcal 730 Lip. 17	P. 40 H.C. 89		30	Kcal 723 Lip. 19	P. 49 H.C. 86									
	- Lentejas con arroz integral - Filete de abadejo en salsa marinera - Fruta Pan				- Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con judías, zanahoria y patata - Yogur sabores Pan										

● Este punto indica los platos y días con producto local.



Régimen No Huevo

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

01		02	Kcal 690 Lip. 19	P. 43 H.C. 74	03	Kcal 636 Lip. 24	P. 43 H.C. 62	04	Kcal 760 Lip. 21	P. 41 H.C. 95	05	Kcal 697 Lip. 24	P. 35 H.C. 82	
			- Lentejas			- Sopa jardinera			- Garbanzos			- Crema de calabacín		
			- Filete de merluza al horno en salsa suave			- Muslo de pollo asado con lechuga			- Bacalao al horno en salsa suave			- Lomo fresco de cerdo plancha en salsa con ensalada liz		
			- Yogur sabores			- Fruta			- Yogur sabores			- Fruta		
			Pan			Pan			Pan			Pan		
08	Kcal 704 Lip. 25	P. 46 H.C. 75	09	Kcal 737 Lip. 37	P. 32 H.C. 68	10	Kcal 692 Lip. 16	P. 41 H.C. 88	11	Kcal 975 Lip. 29	P. 51 H.C. 127	12	Kcal 662 Lip. 19	P. 36 H.C. 85
	- Vainas rehogadas			- Sopa minestrone			- Alubias rojas			- Arroz blanco con verduras			- Puré de verdura	
	- Muslo de pollo asado con verduras			- Filete de cabezada de cerdo plancha en salsa con ensalada liz			- Medallones de merluza al horno en salsa verde			- Estofado de ternera con verduras en salsa			- Pechugas de pavo plancha en salsa	
	- Fruta			- Yogur natural azucarado			- Fruta			- Yogur sabores			- Fruta	
	Pan			Pan			Pan			Pan			Pan	
15	Kcal 806 Lip. 31	P. 41 H.C. 78	16	Kcal 812 Lip. 37	P. 34 H.C. 82	17	Kcal 614 Lip. 17	P. 25 H.C. 88	18	Kcal 1047 Lip. 34	P. 53 H.C. 129	19	Kcal 710 Lip. 16	P. 41 H.C. 89
	- Lentejas			- Puré de acelgas y espinacas			● Porrusalda			- Macarrones blancos con tomate			- Alubias blancas	
	- Alitas de pollo con patatas naturales			- Filete de guiarra de cerdo plancha en salsa con lechuga			- Bacalao al horno con ensalada liz			- Carne guisada de ternera con verduras			- Filete de abadejo al horno con zanahoria	
	- Fruta			- Yogur sabores			- Fruta			- Yogur natural azucarado			- Fruta	
	Pan			Pan			Pan			Pan			Pan	
22	Kcal 610 Lip. 17	P. 25 H.C. 91	23	Kcal 743 Lip. 33	P. 46 H.C. 62	24	Kcal 891 Lip. 14	P. 29 H.C. 158	25	Kcal 757 Lip. 29	P. 35 H.C. 88	26	Kcal 798 Lip. 34	P. 41 H.C. 80
	- Crema de calabaza y zanahoria			- Sopa jardinera			- Garbanzos			● Patatas a la riojana			- Menestra de verduras	
	- Bacalao al horno con ensalada liz			- Zancarrón de ternera con pimientos			- Arroz con verduritas de la huerta			- Filete de merluza al horno en salsa suave			- Pechugas de pollo plancha en salsa con lechuga	
	- Fruta			- Yogur natural azucarado			- Fruta			- Yogur sabores			- Fruta	
	Pan			Pan			Pan			Pan			Pan	
29	Kcal 669 Lip. 16	P. 37 H.C. 81	30	Kcal 769 Lip. 24	P. 49 H.C. 86									
	- Lentejas con arroz integral			- Crema de calabacín										
	- Filete de abadejo al horno en salsa suave			- Muslo de pollo asado con verduras										
	- Fruta			- Yogur sabores										
	Pan			Pan										

Nota: Pan para celíacos ADPAN; Lácteos Danone; Tomate frito Orlando o IAN; Pasta de arroz/maíz Gallo; No utilización de caldos ni condimentos.

● Este punto indica los platos y días con producto local.

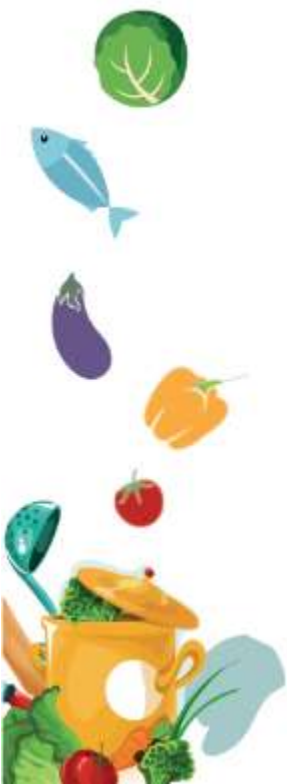


Régimen No Kiwi

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

01		02	Kcal 733 Lip. 25	P. 45 H.C. 69	03	Kcal 871 Lip. 29	P. 24 H.C. 129	04	Kcal 826 Lip. 24	P. 48 H.C. 93	05	Kcal 729 Lip. 25	P. 36 H.C. 87	
			– Lentejas			– Sopa de lluvia			– Garbanzos			– Crema de calabacín		
			– Merluza en salsa meniere			– San jacobó con lechuga			– Filete de abadejo en salsa marinera			– Lomo fresco de cerdo rebozado con ensalada liz		
			– Yogur natural			– Fruta			– Yogur natural			– Fruta		
			Pan			Pan			Pan			Pan		
08	Kcal 654 Lip. 20	P. 46 H.C. 74	09	Kcal 738 Lip. 27	P. 22 H.C. 98	10	Kcal 764 Lip. 20	P. 44 H.C. 96	11	Kcal 1053 Lip. 42	P. 36 H.C. 134	12	Kcal 771 Lip. 24	P. 20 H.C. 116
							– Alubias rojas			– Paella			– Puré de verdura	
			– Vainas rehogadas				– Medallones de merluza en salsa verde			– Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave			– Croquetas con jamón york	
			– Muslo de pollo asado con champiñón, zanahoria y patata				– Fruta			– Yogur natural			– Fruta	
			– Fruta				Pan			Pan			Pan	
			Pan											
15	Kcal 753 Lip. 26	P. 40 H.C. 77	16	Kcal 780 Lip. 35	P. 25 H.C. 87	17	Kcal 874 Lip. 35	P. 19 H.C. 118	18	Kcal 953 Lip. 36	P. 32 H.C. 121	19	Kcal 827 Lip. 25	P. 43 H.C. 96
							● Patatas en salsa verde			– Espaguetis napolitana			– Alubias blancas	
			– Lentejas				– Empanadillas de atún con ensalada liz			– Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera			– Filete de abadejo romana con mahonesa	
			– Alitas de pollo con patatas				– Fruta			– Yogur natural azucarado			– Fruta	
			– Fruta				Pan			Pan			Pan	
			Pan											
22	Kcal 806 Lip. 30	P. 26 H.C. 109	23	Kcal 908 Lip. 38	P. 42 H.C. 99	24	Kcal 891 Lip. 14	P. 29 H.C. 158	25	Kcal 834 Lip. 36	P. 38 H.C. 86	26	Kcal 830 Lip. 34	P. 43 H.C. 84
							– Garbanzos			● Patatas a la riojana			– Menestra de verduras	
			– Crema de calabaza y zanahoria				– Arroz con verduritas de la huerta			– Merluza en salsa americana			– Pechugas de pollo rebozadas con lechuga	
			– Nuggets de pollo con ensalada liz				– Fruta			– Yogur natural			– Fruta	
			– Fruta				Pan			Pan			Pan	
			Pan											
29	Kcal 730 Lip. 17	P. 40 H.C. 89	30	Kcal 693 Lip. 20	P. 49 H.C. 75									
			– Lentejas con arroz integral											
			– Filete de abadejo en salsa marinera											
			– Fruta											
			Pan											

● Este punto indica los platos y días con producto local.



Régimen No Lácteo No Pescado

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

01		02	Kcal 707 Lip. 19	P. 54 H.C. 63	03	Kcal 697 Lip. 22	P. 48 H.C. 78	04	Kcal 946 Lip. 35	P. 61 H.C. 88	05	Kcal 729 Lip. 25	P. 36 H.C. 87	
			- Lentejas			- Sopa de lluvia			- Garbanzos			- Crema de calabacín		
			- Pechugas de pavo plancha en salsa			- Muslo de pollo asado con lechuga			- Estofado de pavo con verduras			- Lomo fresco de cerdo rebozado con ensalada liz		
			- Yogur de soja			- Fruta			- Yogur de soja			- Fruta		
			Pan			Pan			Pan			Pan		
08	Kcal 704 Lip. 25	P. 46 H.C. 75	09	Kcal 713 Lip. 28	P. 24 H.C. 87	10	Kcal 855 Lip. 31	P. 42 H.C. 94	11	Kcal 950 Lip. 29	P. 54 H.C. 115	12	Kcal 662 Lip. 19	P. 36 H.C. 85
							- Alubias rojas			- Arroz blanco con verduras			- Puré de verdura	
			- Vainas rehogadas				- Alitas de pollo con verduras			- Estofado de ternera con verduras en salsa			- Pechugas de pavo plancha en salsa	
			- Muslo de pollo asado con verduras				- Fruta			- Yogur de soja			- Fruta	
			- Fruta				Pan			Pan			Pan	
			Pan											
15	Kcal 806 Lip. 31	P. 41 H.C. 78	16	Kcal 785 Lip. 34	P. 27 H.C. 86	17	Kcal 682 Lip. 19	P. 38 H.C. 89	18	Kcal 1008 Lip. 34	P. 60 H.C. 110	19	Kcal 757 Lip. 20	P. 48 H.C. 90
							● Porrusalda			- Espaguetis blancos con tomate			- Alubias blancas	
			- Lentejas				- Pechugas de pavo plancha en salsa con ensalada liz			- Carne guisada de ternera con verduras			- Lomo fresco de cerdo plancha en salsa	
			- Alitas de pollo con patatas naturales				- Fruta			- Yogur de soja			- Fruta	
			- Fruta				Pan			Pan			Pan	
			Pan											
22	Kcal 702 Lip. 22	P. 16 H.C. 110	23	Kcal 883 Lip. 39	P. 44 H.C. 87	24	Kcal 891 Lip. 14	P. 29 H.C. 158	25	Kcal 813 Lip. 34	P. 46 H.C. 77	26	Kcal 830 Lip. 34	P. 43 H.C. 84
							- Garbanzos			● Patatas a la riojana			- Menestra de verduras	
			- Crema de calabaza y zanahoria				- Arroz con verduritas de la huerta			- Filete de ternera a la plancha en salsa			- Pechugas de pollo rebozadas con lechuga	
			- Tortilla de patata con ensalada liz				- Fruta			- Yogur de soja			- Fruta	
			- Fruta				Pan			Pan			Pan	
			Pan											
29	Kcal 741 Lip. 22	P. 45 H.C. 82	30	Kcal 744 Lip. 25	P. 52 H.C. 74									
			- Lentejas con arroz integral											
			- Filete de ternera a la plancha en salsa											
			- Fruta											
			Pan											

Nota: Pan para celíacos ADPAN; Yogurt de soja; Tomate frito Orlando o IAN; No utilización de caldos ni condimentos.

● Este punto indica los platos y días con producto local.



Régimen Ovolactovegetariano

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

01		02	Kcal 640 Lip. 16	P. 27 H.C. 83	03	Kcal 609 Lip. 32	P. 16 H.C. 64	04	Kcal 745 Lip. 20	P. 30 H.C. 105	05	Kcal 690 Lip. 24	P. 27 H.C. 91		
			- Lentejas - Ensalada con arroz - Yogur sabores Pan			- Sopa jardinera - Tortilla de queso con lechuga - Fruta Pan			- Garbanzos - Borraja - Yogur sabores Pan			- Crema de calabacín - Huevos con bechamel - Fruta Pan			
08	Kcal 751 Lip. 31	P. 14 H.C. 103		09	Kcal 692 Lip. 29	P. 17 H.C. 86	10	Kcal 660 Lip. 15	P. 25 H.C. 98	11	Kcal 847 Lip. 23	P. 31 H.C. 129	12	Kcal 692 Lip. 17	P. 15 H.C. 116
	- Vainas rehogadas - Varitas de verdura con pimientos rojos - Fruta Pan				- Sopa minestrone - Tortilla de patata con ensalada liz - Yogur natural azucarado Pan			- Alubias rojas - Ensalada con pasta - Fruta Pan		- Arroz blanco con verduras - Huevos con tomate - Yogur sabores Pan			- Puré de verdura - Canelones vegetales - Fruta Pan		
15	Kcal 586 Lip. 14	P. 23 H.C. 79		16	Kcal 768 Lip. 30	P. 20 H.C. 100	17	Kcal 758 Lip. 28	P. 14 H.C. 110	18	Kcal 910 Lip. 27	P. 37 H.C. 128	19	Kcal 648 Lip. 11	P. 26 H.C. 104
	- Lentejas - Ensalada mixta - Fruta Pan				- Puré de acelgas y espinacas - Tortilla de patata con lechuga - Yogur sabores Pan		● Porrusalda - Hamburguesa vegetal con pimientos verdes - Fruta Pan			- Espaguetis napolitana - Huevos con bechamel - Yogur natural azucarado Pan			- Alubias blancas - Crema de calabacín - Fruta Pan		
22	Kcal 702 Lip. 22	P. 16 H.C. 110		23	Kcal 772 Lip. 35	P. 16 H.C. 96	24	Kcal 891 Lip. 14	P. 29 H.C. 158	25	Kcal 729 Lip. 23	P. 30 H.C. 98	26	Kcal 1003 Lip. 43	P. 26 H.C. 124
	- Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de patata con ensalada liz - Fruta Pan				- Sopa jardinera - Varitas de verdura con pimientos rojos - Yogur natural azucarado Pan			- Garbanzos - Arroz con verduritas de la huerta - Fruta Pan		● Porrusalda - Huevos con bechamel - Yogur sabores Pan			- Menestra de verduras - Ensaladilla rusa de pasta - Fruta Pan		
29	Kcal 595 Lip. 14	P. 22 H.C. 87		30	Kcal 711 Lip. 26	P. 29 H.C. 87									
	- Lentejas con arroz integral - Acelgas rehogadas - Fruta Pan				- Crema de calabacín - Huevos con tomate - Yogur sabores Pan										

● Este punto indica los platos y días con producto local.

