

Basal

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES			
01				01		02	Kcal 1008 Lip. 37	P. 35 H.C. 130	03	Kcal 946 Lip. 24	P. 34 H.C. 141
							<ul style="list-style-type: none"> Tallarines salteados al estilo oriental Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera Yogur natural azucarado Pan 			<ul style="list-style-type: none"> Alubias rojas San jacobito con ensalada liz Fruta Pan 	
06	Kcal 769 Lip. 31	P. 32 H.C. 90	07	Kcal 795 Lip. 34	P. 28 H.C. 91	08	Kcal 680 Lip. 28	P. 16 H.C. 89	09	Kcal 858 Lip. 27	P. 47 H.C. 102
<ul style="list-style-type: none"> Puré de verdura Escalope de cerdo con ensalada liz Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> ● Patatas a la marinera Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera Yogur natural azucarado Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Vainas rehogadas Tortilla de patata con lechuga Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Garbanzos Merluza en salsa meniere Yogur sabores Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Arroz con tomate Estofado de pollo con verduras Fruta Pan 			
13	Kcal 712 Lip. 19	P. 43 H.C. 80	14	Kcal 994 Lip. 40	P. 44 H.C. 114	15	Kcal 888 Lip. 30	P. 39 H.C. 109	16	Kcal 761 Lip. 30	P. 33 H.C. 88
<ul style="list-style-type: none"> Lentejas Medallones de merluza en salsa verde Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Ensalada mixta Crema de calabaza y zanahoria Lomo fresco de cerdo rebozado con chips Yogur sabores Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Alubias blancas Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> ● Patatas en salsa verde Alitas de pollo con zanahoria y champiñones Yogur natural azucarado Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Espaguetis con tomate Empanadillas de atún con ensalada liz Fruta Pan 			
20	Kcal 681 Lip. 17	P. 46 H.C. 85	21	Kcal 823 Lip. 29	P. 27 H.C. 112	22	Kcal 738 Lip. 27	P. 21 H.C. 99	23	Kcal 858 Lip. 24	P. 46 H.C. 100
<ul style="list-style-type: none"> Crema de calabacín Muslo de pollo asado con pimientos, champiñón y patata Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Sopa de ave con fideos Croquetas con jamón york y ensalada liz Yogur natural azucarado Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Guisantes rehogados Tortilla de patata con lechuga Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Alubias rojas Filete de abadejo en salsa americana Yogur sabores Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Arroz tres delicias Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera Fruta Pan 			
27	Kcal 905 Lip. 39	P. 30 H.C. 107	28	Kcal 741 Lip. 28	P. 20 H.C. 96	29	Kcal 811 Lip. 24	P. 44 H.C. 102	30	Kcal 949 Lip. 32	P. 45 H.C. 119
<ul style="list-style-type: none"> ● Patatas a la riojana Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Puré de acelgas y espinacas Tortilla de patata y calabacín con lechuga Yogur sabores Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Garbanzos Filete de merluza en salsa verde Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Coditos salteados con champiñón y bacon Lomo adobado de cerdo rebozado con lechuga Yogur natural azucarado Pan 		<ul style="list-style-type: none"> Lentejas con arroz Alitas de pollo con ensalada liz Fruta Pan 			

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



Régimen No Huevo

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

					01			02	Kcal 963 Lip. 30	P. 51 H.C. 121	03	Kcal 681 Lip. 16	P. 37 H.C. 90
									- Macarrones salteados			- Alubias rojas	
									- Guisado de ternera en salsa de verduras			- Bacalao al horno con ensalada liz	
									- Yogur natural azucarado			- Fruta	
									Pan			- Pan	
06	Kcal 737 Lip. 30	P. 30 H.C. 86		07	Kcal 793 Lip. 31	P. 37 H.C. 90		08	Kcal 739 Lip. 39	P. 29 H.C. 68	09	Kcal 786 Lip. 22	P. 44 H.C. 95
	- Puré de verdura				● Patatas a la marinera				- Vainas rehogadas			- Garbanzos	
	- Filete de cabezada de cerdo plancha en salsa con ensalada liz				- Hamburguesa de ternera 100% en salsa				- Alitas de pollo con lechuga			- Filete de merluza al horno en salsa suave	
	- Fruta				- Yogur natural azucarado				- Fruta			- Yogur sabores	
	- Pan				- Pan				- Pan			- Pan	
											10	Kcal 928 Lip. 44	P. 44 H.C. 130
												- Arroz con tomate	
												- Estofado de pollo con verduras	
												- Fruta	
												- Pan	
13	Kcal 641 Lip. 16	P. 40 H.C. 72		14	Kcal 726 Lip. 23	P. 38 H.C. 91		15	Kcal 676 Lip. 16	P. 38 H.C. 89	16	Kcal 828 Lip. 35	P. 33 H.C. 92
	- Lentejas				- Crema de calabaza y zanahoria				- Alubias blancas			● Porrusalda	
	- Medallones de merluza al horno en salsa verde				- Lomo fresco de cerdo plancha en salsa				- Bacalao al horno			- Alitas de pollo con verduras	
	- Fruta				- Yogur sabores				- Fruta			- Yogur natural azucarado	
	- Pan				- Pan				- Pan			- Pan	
											17	Kcal 645 Lip. 26	P. 34 H.C. 68
												- Sopa minestrone	
												- Pechugas de pollo plancha en salsa con ensalada liz	
												- Fruta	
												- Pan	
20	Kcal 730 Lip. 22	P. 46 H.C. 85		21	Kcal 587 Lip. 25	P. 26 H.C. 63		22	Kcal 732 Lip. 25	P. 41 H.C. 82	23	Kcal 751 Lip. 18	P. 43 H.C. 90
	- Crema de calabacín				- Sopa jardinera				- Guisantes rehogados			- Alubias rojas	
	- Muslo de pollo asado con verduras				- Bacalao al horno con ensalada liz				- Pechugas de pollo plancha en salsa con lechuga			- Filete de abadejo al horno en salsa suave	
	- Fruta				- Yogur natural azucarado				- Fruta			- Yogur sabores	
	- Pan				- Pan				- Pan			- Pan	
											24	Kcal 961 Lip. 27	P. 50 H.C. 129
												- Arroz tres delicias	
												- Carne guisada de ternera con verduras	
												- Fruta	
												- Pan	
27	Kcal 692 Lip. 25	P. 29 H.C. 87		28	Kcal 812 Lip. 37	P. 34 H.C. 82		29	Kcal 740 Lip. 20	P. 41 H.C. 94	30	Kcal 936 Lip. 29	P. 50 H.C. 116
	● Patatas a la riojana				- Puré de acelgas y espinacas				- Garbanzos			- Macarrones salteados	
	- Bacalao plancha con refrito				- Filete de cabezada de cerdo plancha en salsa con lechuga				- Filete de merluza al horno en salsa verde			- Zancarrón de ternera con pimientos	
	- Fruta				- Yogur sabores				- Fruta			- Yogur natural azucarado	
	- Pan				- Pan				- Pan			- Pan	
											31	Kcal 747 Lip. 26	P. 38 H.C. 82
												- Lentejas con arroz	
												- Alitas de pollo con ensalada liz	
												- Fruta	
												- 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 Celíaco

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

				01		02	Kcal 964 Lip. 36 P. 46 H.C. 111 - Macarrones salteados - Guisado de ternera en salsa de verduras - Yogur natural azucarado Pan	03	Kcal 682 Lip. 22 P. 33 H.C. 80 - Alubias rojas - Bacalao al horno con ensalada liz - Fruta Pan
06	Kcal 738 Lip. 36 P. 25 H.C. 76 - Puré de verdura - Filete de cabezada de cerdo plancha en salsa con ensalada liz - Fruta Pan	07	Kcal 794 Lip. 38 P. 32 H.C. 79 ● Patatas a la marinera - Hamburguesa de ternera 100% en salsa - Yogur natural azucarado Pan	08	Kcal 681 Lip. 34 P. 11 H.C. 78 - Vainas rehogadas - Tortilla de patata con lechuga - Fruta Pan	09	Kcal 786 Lip. 29 P. 40 H.C. 85 - Garbanzos - Filete de merluza al horno en salsa suave - Yogur sabores Pan	10	Kcal 929 Lip. 50 P. 39 H.C. 119 - Arroz con tomate - Estofado de pollo con verduras - Fruta Pan
13	Kcal 555 Lip. 28 P. 23 H.C. 54 - Acelgas rehogadas - Medallones de merluza al horno en salsa verde - Fruta Pan	14	Kcal 620 Lip. 25 P. 16 H.C. 82 - Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de jamón cocido - Yogur sabores Pan	15	Kcal 677 Lip. 22 P. 33 H.C. 78 - Alubias blancas - Bacalao al horno - Fruta Pan	16	Kcal 825 Lip. 42 P. 29 H.C. 80 ● Patatas en salsa verde - Alitas de pollo con verduras - Yogur natural azucarado Pan	17	Kcal 646 Lip. 32 P. 30 H.C. 57 - Sopa minestrone - Pechugas de pollo plancha en salsa con ensalada liz - Fruta Pan
20	Kcal 731 Lip. 29 P. 42 H.C. 75 - Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con verduras - Fruta Pan	21	Kcal 588 Lip. 31 P. 21 H.C. 52 - Sopa jardinera - Bacalao al horno con ensalada liz - Yogur natural azucarado Pan	22	Kcal 739 Lip. 33 P. 16 H.C. 89 - Guisantes rehogados - Tortilla de patata con lechuga - Fruta Pan	23	Kcal 752 Lip. 24 P. 39 H.C. 80 - Alubias rojas - Filete de abadejo al horno en salsa suave - Yogur sabores Pan	24	Kcal 962 Lip. 34 P. 46 H.C. 118 - Arroz tres delicias - Carne guisada de ternera con verduras - Fruta Pan
27	Kcal 693 Lip. 32 P. 24 H.C. 77 ● Patatas a la riojana - Bacalao plancha con refrito - Fruta Pan	28	Kcal 742 Lip. 35 P. 15 H.C. 86 - Puré de acelgas y espinacas - Tortilla de patata y calabacín con lechuga - Yogur sabores Pan	29	Kcal 741 Lip. 27 P. 36 H.C. 83 - Garbanzos - Filete de merluza al horno en salsa verde - Fruta Pan	30	Kcal 937 Lip. 36 P. 45 H.C. 106 - Macarrones salteados - Zancarrón de ternera con pimientos - Yogur natural azucarado Pan	31	Kcal 663 Lip. 34 P. 23 H.C. 64 - Puré de verdura - Alitas de pollo con ensalada liz - 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

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES						
				01			02	Kcal 952 Lip. 30	P. 55 H.C. 114	03	Kcal 681 Lip. 16	P. 37 H.C. 90		
								<ul style="list-style-type: none"> - Tallarines salteados al estilo oriental - Guisado de ternera en salsa de verduras - Yogur natural azucarado 		<ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas - Bacalao al horno con ensalada liz - Fruta 				
06	Kcal 675 Lip. 22	P. 26 H.C. 94	07	Kcal 793 Lip. 31	P. 37 H.C. 90	08	Kcal 656 Lip. 25	P. 15 H.C. 88	09	Kcal 858 Lip. 27	P. 47 H.C. 102	10	Kcal 928 Lip. 44	P. 44 H.C. 130
<ul style="list-style-type: none"> - Puré de verdura - Huevos con bechamel - Fruta 		<ul style="list-style-type: none"> - Hamburguesa de ternera 100% en salsa - Yogur natural azucarado 		<ul style="list-style-type: none"> - Patatas a la marinera - Hamburguesa de ternera 100% en salsa - Yogur natural azucarado 		<ul style="list-style-type: none"> - Vainas rehogadas - Tortilla de patata con lechuga - Fruta 		<ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos - Merluza en salsa meniere - Yogur sabores 		<ul style="list-style-type: none"> - Arroz con tomate - Estofado de pollo con verduras - Fruta 				
13	Kcal 712 Lip. 19	P. 43 H.C. 80	14	Kcal 708 Lip. 28	P. 22 H.C. 92	15	Kcal 676 Lip. 16	P. 38 H.C. 89	16	Kcal 761 Lip. 30	P. 33 H.C. 88	17	Kcal 824 Lip. 40	P. 16 H.C. 97
<ul style="list-style-type: none"> - Lentejas - Medallones de merluza en salsa verde - Fruta 		<ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de queso - Yogur sabores 		<ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas - Bacalao al horno - Fruta 		<ul style="list-style-type: none"> - Patatas en salsa verde - Alitas de pollo con zanahoria y champiñones - Yogur natural azucarado 		<ul style="list-style-type: none"> - Sopa minestrone - Empanadillas de atún con ensalada liz - Fruta 						
20	Kcal 681 Lip. 17	P. 46 H.C. 85	21	Kcal 772 Lip. 35	P. 16 H.C. 96	22	Kcal 719 Lip. 26	P. 20 H.C. 97	23	Kcal 858 Lip. 24	P. 46 H.C. 100	24	Kcal 935 Lip. 27	P. 48 H.C. 127
<ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con pimientos, champiñón y patata - Fruta 		<ul style="list-style-type: none"> - Sopa jardinera - Varitas de verdura con pimientos rojos - Yogur natural azucarado 		<ul style="list-style-type: none"> - Guisantes rehogados - Tortilla de patata con lechuga - Fruta 		<ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas - Filete de abadejo en salsa americana - Yogur sabores 		<ul style="list-style-type: none"> - Arroz blanco con verduras - Carne guisada de ternera con verduras - Fruta 						
27	Kcal 761 Lip. 28	P. 14 H.C. 110	28	Kcal 741 Lip. 28	P. 20 H.C. 96	29	Kcal 811 Lip. 24	P. 44 H.C. 102	30	Kcal 922 Lip. 29	P. 54 H.C. 109	31	Kcal 747 Lip. 26	P. 38 H.C. 82
<ul style="list-style-type: none"> - Purrusalda - Hamburguesa vegetal con pimientos rojos - Fruta 		<ul style="list-style-type: none"> - Puré de acelgas y espinacas - Tortilla de patata y calabacín con lechuga - Yogur sabores 		<ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos - Filete de merluza en salsa verde - Fruta 		<ul style="list-style-type: none"> - Coditos salteados - Zancarrón de ternera con pimientos - Yogur natural azucarado 		<ul style="list-style-type: none"> - Lentejas con arroz - Alitas de pollo con ensalada liz - Fruta 						

Este punto indica los platos y días con producto local.



Régimen No Kiwi

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			01		02	Kcal 1008 Lip. 37 P. 35 H.C. 130 - Tallarines salteados al estilo oriental - Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera - Yogur natural azucarado Pan	03	Kcal 946 Lip. 24 P. 34 H.C. 141 - Alubias rojas - San jacobito con ensalada liz - Fruta Pan	
06	Kcal 769 Lip. 31 P. 32 H.C. 90 - Puré de verdura - Escalope de cerdo con ensalada liz - Fruta Pan	07	Kcal 795 Lip. 34 P. 28 H.C. 91 ● Patatas a la marinera - Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera - Yogur natural azucarado Pan	08	Kcal 680 Lip. 28 P. 16 H.C. 89 - Vainas rehogadas - Tortilla de patata con lechuga - Fruta Pan	09	Kcal 828 Lip. 28 P. 47 H.C. 91 - Garbanzos - Merluza en salsa meniere - Yogur natural Pan	10	Kcal 928 Lip. 44 P. 44 H.C. 130 - Arroz con tomate - Estofado de pollo con verduras - Fruta Pan
13	Kcal 712 Lip. 19 P. 43 H.C. 80 - Lentejas - Medallones de merluza en salsa verde - Fruta Pan	14	Kcal 831 Lip. 31 P. 41 H.C. 96 - Crema de calabaza y zanahoria - Lomo fresco de cerdo rebozado con chips - Yogur natural Pan	15	Kcal 888 Lip. 30 P. 39 H.C. 109 - Alubias blancas - Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave - Fruta Pan	16	Kcal 761 Lip. 30 P. 33 H.C. 88 ● Patatas en salsa verde - Alitas de pollo con zanahoria y champiñones - Yogur natural azucarado Pan	17	Kcal 824 Lip. 40 P. 16 H.C. 97 - Sopa minestrone - Empanadillas de atún con ensalada liz - Fruta Pan
20	Kcal 681 Lip. 17 P. 46 H.C. 85 - Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con pimientos, champiñón y patata - Fruta Pan	21	Kcal 823 Lip. 29 P. 27 H.C. 112 - Sopa de ave con fideos - Croquetas con jamón york y ensalada liz - Yogur natural azucarado Pan	22	Kcal 738 Lip. 27 P. 21 H.C. 99 - Guisantes rehogados - Tortilla de patata con lechuga - Fruta Pan	23	Kcal 828 Lip. 25 P. 46 H.C. 89 - Alubias rojas - Filete de abadejo en salsa americana - Yogur natural Pan	24	Kcal 895 Lip. 32 P. 26 H.C. 127 - Arroz tres delicias - Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera - Fruta Pan
27	Kcal 905 Lip. 39 P. 30 H.C. 107 ● Patatas a la riojana - Albóndigas de pollo y cerdo en salsa suave - Fruta Pan	28	Kcal 711 Lip. 29 P. 20 H.C. 86 - Puré de acelgas y espinacas - Tortilla de patata y calabacín con lechuga - Yogur natural Pan	29	Kcal 811 Lip. 24 P. 44 H.C. 102 - Garbanzos - Filete de merluza en salsa verde - Fruta Pan	30	Kcal 949 Lip. 32 P. 45 H.C. 119 - Coditos salteados con champiñón y bacon - Lomo adobado de cerdo rebozado con lechuga - Yogur natural azucarado Pan	31	Kcal 747 Lip. 26 P. 38 H.C. 82 - Lentejas con arroz - Alitas de pollo con ensalada liz - 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 927 Lip. 30 P. 58 H.C. 102	03	Kcal 749 Lip. 17 P. 50 H.C. 92
							<ul style="list-style-type: none"> - Tallarines salteados al estilo oriental - Guisado de ternera en salsa de verduras - Yogur de soja - Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas - Pechugas de pavo plancha en salsa con ensalada liz - Fruta - Pan
06	Kcal 769 Lip. 31 P. 32 H.C. 90	07	Kcal 745 Lip. 30 P. 37 H.C. 77	08	Kcal 680 Lip. 28 P. 16 H.C. 89	09	Kcal 803 Lip. 23 P. 56 H.C. 85	10	Kcal 928 Lip. 44 P. 44 H.C. 130
<ul style="list-style-type: none"> - Puré de verdura - Escalope de cerdo con ensalada liz - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Hamburguesa de ternera 100% en salsa - Yogur de soja - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Vainas rehogadas - Tortilla de patata con lechuga - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos - Pechugas de pavo plancha en salsa - Yogur de soja - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz con tomate - Estofado de pollo con verduras - Fruta - Pan 					
13	Kcal 744 Lip. 17 P. 58 H.C. 79	14	Kcal 836 Lip. 31 P. 44 H.C. 95	15	Kcal 781 Lip. 22 P. 49 H.C. 90	16	Kcal 803 Lip. 36 P. 36 H.C. 80	17	Kcal 645 Lip. 26 P. 34 H.C. 68
<ul style="list-style-type: none"> - Lentejas - Muslo de pollo asado con verduras - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza y zanahoria - Lomo fresco de cerdo rebozado con chips - Yogur de soja - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas - Filete de ternera a la plancha en salsa - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Porrusalda - Alitas de pollo con verduras - Yogur de soja - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Sopa minestrone - Pechugas de pollo plancha en salsa con ensalada liz - Fruta - Pan 					
20	Kcal 730 Lip. 22 P. 46 H.C. 85	21	Kcal 727 Lip. 29 P. 44 H.C. 69	22	Kcal 738 Lip. 27 P. 21 H.C. 99	23	Kcal 828 Lip. 30 P. 49 H.C. 79	24	Kcal 961 Lip. 27 P. 50 H.C. 129
<ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín - Muslo de pollo asado con verduras - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Sopa de ave con fideos - Filete de ternera a la plancha en salsa con ensalada liz - Yogur de soja - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Guisantes rehogados - Tortilla de patata con lechuga - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas - Filete de guirra de cerdo plancha en salsa - Yogur de soja - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz tres delicias - Carne guisada de ternera con verduras - Fruta - Pan 					
27	Kcal 903 Lip. 39 P. 46 H.C. 92	28	Kcal 716 Lip. 29 P. 23 H.C. 84	29	Kcal 840 Lip. 20 P. 60 H.C. 100	30	Kcal 904 Lip. 31 P. 46 H.C. 107	31	Kcal 747 Lip. 26 P. 38 H.C. 82
<ul style="list-style-type: none"> - Patatas a la riojana - Estofado de pavo con verduras - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Puré de acelgas y espinacas - Tortilla de patata y calabacín con lechuga - Yogur de soja - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos - Muslo de pollo asado con verduras - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Coditos salteados - Lomo adobado de cerdo rebozado con lechuga - Yogur de soja - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Lentejas con arroz - Alitas de pollo con ensalada liz - 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 915 Lip. 31 P. 23 H.C. 132	03	Kcal 652 Lip. 14 P. 25 H.C. 99
							<ul style="list-style-type: none"> - Tallarines salteados al estilo oriental - Hamburguesa vegetal con pimientos rojos - Yogur natural azucarado - Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas - Ensalada con arroz - Fruta - Pan
06	Kcal 675 Lip. 22 P. 26 H.C. 94	07	Kcal 746 Lip. 19 P. 20 H.C. 120	08	Kcal 656 Lip. 25 P. 15 H.C. 88	09	Kcal 744 Lip. 20 P. 29 H.C. 103	10	Kcal 982 Lip. 29 P. 17 H.C. 163
<ul style="list-style-type: none"> - Puré de verdura - Huevos con bechamel - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Porrusalda - Canelones vegetales - Yogur natural azucarado - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Vainas rehogadas - Tortilla de patata con lechuga - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos - Ensalada con pasta - Yogur sabores - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz con tomate - Varitas de verdura con pimientos verdes - Fruta - Pan 					
13	Kcal 586 Lip. 14 P. 23 H.C. 79	14	Kcal 708 Lip. 28 P. 22 H.C. 92	15	Kcal 819 Lip. 12 P. 33 H.C. 139	16	Kcal 798 Lip. 30 P. 18 H.C. 110	17	Kcal 635 Lip. 26 P. 24 H.C. 76
<ul style="list-style-type: none"> - Lentejas - Ensalada mixta - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de queso - Yogur sabores - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas - Espirales salteados - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Porrusalda - Hamburguesa vegetal con pimientos verdes - Yogur natural azucarado - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Sopa minestrone - Huevos con bechamel - Fruta - Pan 					
20	Kcal 821 Lip. 33 P. 17 H.C. 110	21	Kcal 772 Lip. 35 P. 16 H.C. 96	22	Kcal 719 Lip. 26 P. 20 H.C. 97	23	Kcal 700 Lip. 17 P. 28 H.C. 98	24	Kcal 807 Lip. 21 P. 28 H.C. 128
<ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín - Ensaladilla rusa vegetal - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Sopa jardinera - Varitas de verdura con pimientos rojos - Yogur natural azucarado - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Guisantes rehogados - Tortilla de patata con lechuga - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas - Ensalada con pasta - Yogur sabores - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz blanco con verduras - Huevos con tomate - Fruta - Pan 					
27	Kcal 761 Lip. 28 P. 14 H.C. 110	28	Kcal 741 Lip. 28 P. 20 H.C. 96	29	Kcal 696 Lip. 17 P. 25 H.C. 104	30	Kcal 841 Lip. 24 P. 36 H.C. 119	31	Kcal 607 Lip. 10 P. 21 H.C. 97
<ul style="list-style-type: none"> - Porrusalda - Hamburguesa vegetal con pimientos rojos - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Puré de acelgas y espinacas - Tortilla de patata y calabacín con lechuga - Yogur sabores - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos - Ensalada con arroz - Fruta - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Códigos salteados - Huevos con bechamel - Yogur natural azucarado - Pan 	<ul style="list-style-type: none"> - Lentejas con arroz - Puré de verdura - Fruta - Pan 					

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

