



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
<p>HUEVO Y FS</p>		<p>1 Patatas estofadas Filete de pollo con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Stewed potatoes Chicken steak with spring salad (lettuce, tomatoes &amp; sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>2 Alubias blancas estofadas Lacón a la gallega con patatas cocidas Fruta y pan Stewed white beans Lacón pork shoulder with potatoes with boiled potatoes Fruit and bread</p>	<p>3 Arroz napolitana Merluza al horno con zanahorias salteadas Yogur y pan Neapolitan rice Baked hake with sautéed carrots Yoghurt and bread</p>	<p>Kcal: 633 HC: 76 Prot: 31 Lip: 27</p>
<p>6 Lentejas a la jardinera Pavo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna verde) Fruta y pan Vegetables lentils Grilled turkey with green salad (lettuce, green peppers &amp; green olives) Fruit and bread</p>	<p>7 Arroz milanese Fogonero al horno con pisto Fruta y pan Milanese rice Baked pollack with ratatouille Fruit and bread</p>	<p>8 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without eggs) Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>9 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al limón con patatas fritas Fruta y pan Cream of zucchini soup Lemon chicken drumsticks with french fries Fruit and bread</p>	<p>10 Pasta (sin huevo) con tomate Bacalao al horno con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Pasta (without egg) with tomato Baked cod with garden salad (lettuce, tomatoes &amp; carrots) Yoghurt and bread</p>	<p>Kcal: 669 HC: 78 Prot: 37 Lip: 26</p>
<p>13 Coliflor rehogada Estofado de ternera con patatas dado Fruta y pan Sautéed cauliflower Beef stew with diced potatoes Fruit and bread</p>	<p>14 Judías pintas estofadas Cinta de lomo con lechuga y olivas negras Fruta y pan Stewed pinto beans Pork loin with lettuce &amp; olives Fruit and bread</p>	<p>15 Pasta carbonara (sin huevo) Ventresca a la andaluza con lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Pasta in carbonara sauce (gluten egg) Andalusian style hake with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>16 <b>JORNADA EGIPCIA</b> Chana masala Karahi de pollo con arroz salteado Lassi de plátano y pan Chana Masala Chicken Karahi with sautéed rice Banana Lassi and bread</p>	<p>17 <b>FESTIVO</b></p>	<p>Kcal: 680 HC: 78 Prot: 36 Lip: 27</p>
<p>20 <b>FESTIVO</b></p>	<p>21 Paella de verduras Filete de pollo con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Vegetarian paella Chicken steak with garden salad (lettuce, tomatoes &amp; carrots) Yoghurt and bread</p>	<p>22 Crema de zanahoria y calabaza Abadejo al horno con ensalada César Fruta y pan Cream of carrot &amp; butterkin squash soup Baked haddock with Caesar salad Fruit and bread</p>	<p>23 Sopa de picadillo (sin huevo) Escalope casero con patatas fritas Fruta y pan Broth with ham bits (without egg) Homemade escalope with french fries Fruit and bread</p>	<p>24 Lentejas estofadas Jamoncitos de pollo a la riojana con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Lentil stew Rioja style chicken drumsticks with spring salad (lettuce, tomatoes &amp; sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 714 HC: 79 Prot: 36 Lip: 30</p>
<p>27 Judías verdes rehogadas Albóndigas a la jardinera con champiñones Fruta y pan Sautéed green beans Meatballs with vegetables with mushrooms Fruit and bread</p>	<p>28 Pasta (sin huevo) con chorizo Palometa con tomate con pisto Fruta y pan Pasta (without egg) with chorizo sausage Pomfret with tomato sauce with ratatouille Fruit and bread</p>	<p>29 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup (without eggs) Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>30 Arroz negro Filete de pollo con ensalada Fruta y pan Black rice Chicken steak with salad Fruit and bread</p>	<p>31 Crema de verduras Merluza a la plancha con lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Cream of vegetable soup Grilled hake with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Yoghurt and bread</p>	<p>Kcal: 703 HC: 76 Prot: 34 Lip: 24</p>