



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
HUEVO Y FS		1 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo con patatas y zanahorias Fruta y pan "Cocido" soup (without eggs) Full course "cocido" stew with potatoes & carrots Fruit and bread	2 Arroz con magro Filete de pollo con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Pork with rice Chicken steak with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread	3 Lentejas estofadas Fogonero al horno con pisto Yogur y pan Lentil stew Baked pollack with ratatouille Yoghurt and bread	Kcal: 716 HC: 89 Prot: 39 Lip: 25
6 Patatas marinera Cinta de lomo con lechuga y tomate Natillas de vainilla y pan Seafaring potatoes Pork loin with lettuce & tomatoes Vanilla custard and bread	7 Alubias blancas estofadas Filete de merluza con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Stewed white beans Hake steak with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	8 Sopa juliana Estofado de pavo con patatas dado Fruta y pan Julienne soup Turkey stew with diced potatoes Fruit and bread	9 Crema de calabacín Albóndigas a la jardinera Fruta y pan Cream of zucchini soup Meatballs with vegetables Fruit and bread	10 Pasta (sin huevo) con tomate Palometa con tomate con guisantes salteados Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato Pomfret with tomato sauce with sautéed peas Fruit and bread	Kcal: 638 HC: 69 Prot: 29 Lip: 26
13 Paella mixta Merluza a la plancha con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Yogur y pan Mixed paella Grilled hake with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Yoghurt and bread	14 Sopa de pasta (sin huevo) Magro en salsa con ensalada y patatas fritas Fruta y pan Pasta soup (without eggs) Lean pork in sauce with salad & french fries Fruit and bread	15 Pasta carbonara (sin huevo) Tiras de pollo con verduras salteadas Fruta y pan <i>Pasta carbonara (sin huevo)</i> Chicken strips with sautéed vegetables Fruit and bread	16 Crema de verduras Filete ruso con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna verde) Fruta y pan Cream of vegetable soup Hamburger steak with green salad (lettuce, green peppers & green olives) Fruit and bread	17 <b>NO LECTIVO</b>	Kcal: 727 HC: 86 Prot: 33 Lip: 30
20 Lentejas a la jardinera Pavo a la plancha con lechuga y olivas negras Fruta y pan Vegetables lentils Grilled turkey with lettuce & olives Fruit and bread	21 Arroz napolitana Ventresca de merluza en salsa verde Yogur y pan Neapolitan rice Hake in green sauce Yoghurt and bread	22 Sopa de cocido (sin huevo) Cocido completo con patatas y zanahorias Fruta y pan "Cocido" soup (without eggs) Full course "cocido" stew with potatoes & carrots Fruit and bread	23 Judías verdes con jamón Pollo asado con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Green beans with ham Roasted chicken with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	24 Pasta (sin huevo) con tomate Caella en salsa con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna verde) Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato Blue shark in gravy with green salad (lettuce, green peppers & green olives) Fruit and bread	Kcal: 642 HC: 74 Prot: 33 Lip: 26
27 Crema de zanahoria y calabaza Salchichas frescas con puré de patatas Fruta y pan Cream of carrot & butternut squash soup Sausages with mashed potatoes Fruit and bread	28 Judías pintas estofadas Limanda a la plancha con ensalada Fruta y pan Stewed pinto beans Grilled yellowfin sole with salad Fruit and bread				Kcal: 680 HC: 69 Prot: 30 Lip: 31