



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
MARISCO, PESCADO Y HUEVO		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 Lomo a la plancha con pisto Yogur y pan Lentil stew Grilled tenderloin with ratatouille Yoghurt and bread	Kcal: 733 HC: 89 Prot: 39 Lip: 27
6 Patatas estofadas Cinta de lomo con lechuga y tomate Natillas de vainilla y pan Stewed potatoes Pork loin with lettuce & tomatoes Vanilla custard and bread	7 Alubias blancas estofadas Filete de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Stewed white beans Chicken 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 Magro con tomate con guisantes salteados Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato Pork steak with tomatoes with sautéed peas Fruit and bread	Kcal: 628 HC: 66 Prot: 28 Lip: 26
13 Paella de verduras Pavo a la plancha con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Yogur y pan Vegetarian paella Grilled turkey 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 NO LECTIVO	Kcal: 691 HC: 83 Prot: 33 Lip: 28
20 Lentejas a la jardinera Ternera a la plancha con lechuga y olivas negras Fruta y pan Vegetables lentils Grilled beef with lettuce & olives Fruit and bread	21 Arroz napolitana Cinta de lomo con ensalada Yogur y pan Neapolitan rice Pork loin with salad 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 Pavo a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna verde) Fruta y pan Pasta (without egg) with tomato Grilled turkey with green salad (lettuce, green peppers & green olives) Fruit and bread	Kcal: 677 HC: 74 Prot: 34 Lip: 29
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 Filete de pollo con ensalada Fruta y pan Stewed pinto beans Chicken steak with salad Fruit and bread				Kcal: 743 HC: 68 Prot: 31 Lip: 37