

## LUNES

## MARTES

## MIÉRCOLES

## JUEVES

## VIERNES

05-02-18			06-02-18			07-02-18			08-02-18			09-02-18		
Arroz blanco con salsa de tomate casera			Alubias blancas con calabaza			Espirales boloñesa s/g			Garbanzos guisados con chorizo			Judías verdes rehogadas con jamón york		
Halibut al horno con limón	Kcal	411	Ragout de pavo	Kcal	436	Palometa en salsa española	Kcal	423	Tortilla francesa	Kcal	468	Redondo de ternera asado	Kcal	468
	HC (g)	65		HC (g)	52		HC (g)	56		HC (g)	52		HC (g)	48
	Prot (g)	20	Verduritas dado (patatas, zanahoria, judía verde, guisantes)	Prot (g)	27	Calabacín asado	Prot (g)	21	Ensalada de lechuga y tomate	Prot (g)	20	Patatas fritas	Prot (g)	35
	Lip (g)	7		Lip (g)	13		Lip (g)	12		Lip (g)	19		Lip (g)	15
Fruta			Fruta			Fruta			Fruta			Yogur		
12-02-18			13-02-18			14-02-18			15-02-18			16-02-18		
Sopa de fideos s/g			Arroz tres delicias			Crema de guisantes			<b>DIA NO LECTIVO</b>			<b>DIA NO LECTIVO</b>		
Filete ruso s/g s/h	Kcal	381	Pollo chino al limón	Kcal	439	Abadejo al horno	Kcal	344						
	HC (g)	46		HC (g)	56		HC (g)	44						
Zanahoria dado	Prot (g)	24	Ensalada de lechuga y brotes de soja	Prot (g)	23	Pisto (calabacín, pimiento, cebolla y tomate)	Prot (g)	18						
	Lip (g)	11		Lip (g)	13		Lip (g)	10						
Fruta			Gelatina			Fruta								
19-02-18			20-02-18			21-02-18			22-02-18			23-02-18		
Brócoli gratinado			Crema de zanahoria			Coditos italiana s/g			Lentejas caseras			Patatas viudas		
Magro de cerdo estofado	Kcal	416	Merluza enharina s/g	Kcal	362	Filete de pollo empanado (celíacos)	Kcal	502	Tortilla de jamón york	Kcal	437	Bacalao gratinado	Kcal	450
	HC (g)	40		HC (g)	47		HC (g)	67		HC (g)	56		HC (g)	52
	Prot (g)	23	Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz	Prot (g)	14	Ensalada de tomate	Prot (g)	25	Tomate aliñado	Prot (g)	25	Ensalada de lechuga y cebolla	Prot (g)	24
	Lip (g)	18		Lip (g)	12		Lip (g)	14		Lip (g)	12		Lip (g)	16
Fruta			Fruta			Fruta			Fruta			Yogur		
26-02-18			27-02-18			28-02-18								
Crema de puerros			Sopa de fideos s/g			Espaguetis con tomate s/g								
Hamburguesa de ternera a la plancha (celíacos)	Kcal	413	Cocido completo (Garbanzo, ternera, pollo)	Kcal	372	Palometa adobada	Kcal	449						
	HC (g)	52		HC (g)	52		HC (g)	60						
	Prot (g)	16	-	Prot (g)	19	Ensalada de lechuga	Prot (g)	20						
	Lip (g)	15		Lip (g)	10		Lip (g)	14						
Fruta			Fruta			Natillas								

