

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
	 <p>1 Fiesta de todos los Santos</p>	<p>2 Lentejas castellanas Tortilla de patata ensalada de lechuga con maiz Fruta Fresca y pan <i>Kcal 660 Prot 18,19 lip 26,74 HC 87,78</i></p>	<p>3 Sopa Maravilla Pollo asado en su jugo Patatas panadera Pan, Fruta fresca <i>Kcal 498 Prot 52,7 lip 31,5 HC 25,1</i></p>	<p>4 Garbanzos estofados Merluza a la vizcaína Pisto de verduras Pan, Fruta fresca <i>Kcal 507 Prot 22,3 lip 14,,1 HC 73,9</i></p>
<p>7 Arroz a banda Huevos a la villarroy ensalada de lechuga con maiz Pan, Fruta fresca <i>Kcal 595 Prot 17,99 lip 12,94 HC 102,78</i></p>	<p>8 Alubias blancas a la riojana Merluza a la bilbaina ensalada de lechuga y remolacha Pan, Fruta fresca <i>Kcal 507 Prot 22,3 lip 14,,1 HC 73,9</i></p>	<p>9 Puré de calabacín y puerro Albóndigas a la jardinera Patatas dado Fruta y pan <i>Kcal 499 Prot 53,7 lip 30,5 HC 25,1</i></p>	<p>10 Sopa de Bollit Bollit Completo con pollo, judías verdes, zanahoria y repollo Postre lácteo o fruta y pan <i>Kcal 664,1 Prot 28,7 lip 27,1 HC 77,58</i></p>	<p>11 Patatas guisadas con caella San Jacobo de jamón y queso Ensalada de lechuga con zanahoria Pan, Postre lácteo o Fruta fresca <i>Kcal 600 Prot 31,09 lip 15,1 HC 86</i></p>
<p>14 Pure de verduras de temporada Chuleta de Sajonia en salsa Pimientos asados Patatas fritas Pan, Fruta fresca <i>Kcal 516,7 Prot 29,89 lip 19,9 HC 53,38</i></p>	<p>15 Lentejas campesinas Huevos a la cazadora Pisto de verduras Pan, Fruta fresca <i>Kcal 546 Prot 27,19 lip 20,14 HC 36,88</i></p>	<p>16 Marmitako de atún Pollo guisado al chilindrón Tomate aliñado con orégano Pan, Fruta fresca <i>Kcal 460,5 Prot 26,39 lip 18,84 HC 47,38</i></p>	<p>17 Arroz brut Merluza orly Ensalada de lechuga con maíz Pan, Fruta fresca <i>Kcal 595 Prot 17,99 lip 12,94 HC 102,78</i></p>	<p>18 Judías blancas con verduras Filete ruso en salsa española Pure de patata Pan, Fruta fresca <i>Kcal 664,1 Prot 28,7 lip 27,1 HC 77,58</i></p>
<p>21 Judías verdes con tomate Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y aceitunas Pan, Fruta fresca <i>Kcal 547,1 Prot 20,3 lip 11,1 HC 72,78</i></p>	<p>22 Macarrones gratinados Merluza en salsa verde Guisantes salteados Pan, Fruta fresca <i>Kcal 563,2 Prot 22,8 lip 14,9 HC 64</i></p>	<p>23 Arroz tres delicias Cinta de lomo a la plancha Pure de patata Pan, Fruta fresca <i>Kcal 507 Prot 22,3 lip 14,,1 HC 73,9</i></p>	<p>24 Potaje de garbanzos con chorizo Bacalao rebozado Tomate aliñado con cebolla Pan, Yogurt o Fruta fresca <i>Kcal 660 Prot 18,19 lip 26,74 HC 87,78</i></p>	<p>25 Crema Hortelana Filete de pollo en salsa de nata Champiñones Patatas dado Pan, Fruta fresca <i>Kcal 374,4 Prot 22,49 lip 10,64 HC 58,9</i></p>
<p>28 Arroz con verduras y magro Pollo asado a las finas hierbas ensalada con lechuga y maíz Pan, Fruta fresca <i>Kcal 498 Prot 52,7 lip 31,5 HC 25,1</i></p>	<p>29 Espaguetis carbonara Merluza a la napolitana Panaché de verduras Pan, Fruta fresca <i>Kcal 622 Prot 23,5 lip 42,7 HC 33,1</i></p>	<p>30 Lentejas con verduras Tortilla a la francesa Patatas fritas Pan, Fruta fresca <i>Kcal 516,7 Prot 29,89 lip 19,9 HC 53,38</i></p>	 <p><i>¿Sabías que... la calabaza refuerza nuestras defensas? ¡Tómala cruda, frita, al horno o en puré!</i></p>	

