

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
										1					2					3				
										Kcal HC Lip Prot 637 100,6 14,6 22,0					Kcal HC Lip Prot 638 93,1 14,7 33,2					Kcal HC Lip Prot 698 59,3 29,6 36,8				
										- Garbanzos del cocido - Sopa de cocido con fideos - Fruta - Pan integral					- Coditos salteados con champiñón y bacon - Palometa al horno con tomate - Fruta - Pan					- Lentejas con verdura - Alitas de pollo con ensalada - Fruta - Pan				
6					7					8					9					10				
Kcal HC Lip Prot 607 79,3 18,6 31,4					Kcal HC Lip Prot 796 94,3 29,4 34,1					Kcal HC Lip Prot 719 82,7 25,6 38,6					Kcal HC Lip Prot 621 71,4 20,7 31,3					Kcal HC Lip Prot 812 119,4 20,6 39,7				
- Crema de calabaza y zanahoria - Lomo adobado de cerdo con ensalada - Fruta - Pan integral					- Macarrones integrales con tomate - Merluza en salsa verde - Yogur natural - Pan					- Judías verdes rehogadas - Pechugas de pollo en salsa de champiñón - Fruta - Pan integral					- Alubias blancas con verdura - Tortilla francesa con ensalada - Fruta - Pan					- Arroz con verduritas - Filete de abadejo romana con lechuga - Fruta - Pan				
13					14					15					16					17				
Kcal HC Lip Prot 696 87,0 26,2 28,5					Kcal HC Lip Prot 647 56,7 23,4 38,4					Kcal HC Lip Prot 738 87,3 30,2 27,8					Kcal HC Lip Prot 822 130,9 17,3 30,0					Kcal HC Lip Prot 637 67,8 26,2 30,4				
- Sopa de lluvia - Hamburguesa de vacuno y cerdo al horno en salsa jardinera - Fruta - Pan integral					- Lentejas con verdura - Merluza en salsa meniere - Yogur natural - Pan					- Porrusalda - Tortilla francesa con queso y lechuga - Fruta - Pan integral					- Espirales con tomate - Garbanzos con verdura - Fruta - Pan					- Crema de calabacín - Escalope de cerdo con lechuga - Fruta - Pan				
20					21					22					23					24				
Kcal HC Lip Prot 672 78,3 19,5 45,8					Kcal HC Lip Prot 697 75,0 33,6 20,5					Kcal HC Lip Prot 720 93,1 20,0 36,0					Kcal HC Lip Prot 722 86,9 30,5 23,5					Kcal HC Lip Prot 816 117,3 22,4 38,4				
- Judías verdes rehogadas - Muslo de pollo asado con champiñón, zanahoria y patata - Fruta - Pan integral					- Sopa de ave con fideos - Tortilla de patata con ensalada - Yogur natural - Pan					- Alubias rojas con verdura - Merluza en salsa verde - Fruta - Pan integral					- Puré de verdura - Albóndigas de vacuno y cerdo a la jardinera - Fruta - Pan					- Arroz con tomate - Filete de abadejo romana con lechuga - Fruta - Pan				
27					28					29					30					31				
Kcal HC Lip Prot 714 73,0 36,2 23,4					Kcal HC Lip Prot 723 52,2 32,9 40,5					Kcal HC Lip Prot 867 116,4 34,9 19,2					Kcal HC Lip Prot 843 107,3 32,4 29,7					Kcal HC Lip Prot 683 77,8 20,6 40,6				
- Puré de acelgas y espinacas - Tortilla de chorizo con lechuga - Fruta - Pan integral					- Lentejas con verdura - Alitas de pollo con patatas fritas - Yogur natural - Pan					- Patatas en salsa verde - Empanadillas de atún con ensalada - Fruta - Pan integral					- Espaguetis napolitana - Merluza romana con mahonesa - Fruta - Pan					- Alubias blancas con verdura - Cabezada de cerdo asada en salsa de manzana - Fruta - Pan				