

S 1	Lunes 2	Martes 3	Miércoles 4	Jueves 5	Viernes 6	Sábado 7	Domingo 8
Comida	COLIFLOR CON PIMENTON MACARRONES BOLOÑESA ABADEJO EN ADOBO CHULETA DE CERDO AL AJILLO FRUTA POSTRE LACTEO	LENTEJAS CON CHORIZO BROCOLI CON AJITOS FOGONERO A LA BILBAINA JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO FRUTA POSTRE LACTEO	ESPAGUETIS A LA CARBONARA ESPINACAS REHOGADAS MAGRO CON TOMATE MERLUZA EN SALSAS VERDE FRUTA POSTRE LACTEO	PISTO ARROZ A LA CUBANA ROTTI DE PAVO RABA DE CALAMAR ROMANA (RABAS) FRUTA POSTRE LACTEO	FIDEUA MIXTA MENESTRA DE VERDURAS A LA BILBAINA ALBONDIGAS DE TERNERA CON SALSAS DE TOMATE PALOMETA AL HORNO FRUTA POSTRE LACTEO	ALUBIAS PINTAS CON ARROZ BROCOLI CON BECHAMEL TRASERO DE POLLO ASADO ABADEJO AL HORNO FRUTA POSTRE LACTEO	CANELONES (CARNE) CON COLES BRUSELAS Y ZANAHORIA BABY BISTEC DE TERNERA PLANCHA SAN JACOBO CASERO FRUTA POSTRE LACTEO
Cena	MENESTRA SALTEADA CON BACON SOPA DE FIDEOS MERLUZA AL HORNO FILETE DE POLLO REBOZADO FRUTA POSTRE LACTEO	ROLLITO DE PRIMAVERA CREMA DE CALABAZA NATURAL ATUN A LA RIOJANA SALCHICHAS FRANKFURT PLANCHA FRUTA POSTRE LACTEO	TUMBET BALEAR SOPA DE PESCADORES LOMO A LA PLANCHA EMPANADA DE ATÚN FRUTA POSTRE LACTEO	SOPA CASTELLANA GUISANTES CON BACON LIMANDA AL HORNO FILETE DE POLLO PLANCHA FRUTA POSTRE LACTEO	ACELGAS AL AJILLO CREMA DE ZANAHORIA NATURAL HAMBURGUESA COMPLETA DELICIAS DE MERLUZA FRUTA POSTRE LACTEO	SOPA DE FIDEOS ALCACHOFAS CON JAMÓN PIZZA BACALAO REBOZADO FRUTA POSTRE LACTEO	CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante) JUDÍAS VERDES REHOGADAS FOGONERO EN SALSAS MARISCO LOMO A LA CATALANA FRUTA POSTRE LACTEO
Energía (Kcal.)	1.656 Kcal	1.625 Kcal	1.771 Kcal	1.627 Kcal	1.788 Kcal	1.676 Kcal	1.610 Kcal
Proteínas (g.)	P: 78	P: 71	P: 81	P: 74	P: 83	P: 81	P: 75
H. Carbono (g.)	HC: 164	HC: 143	HC: 188	HC: 159	HC: 171	HC: 173	HC: 170
Lípidos (g.)	L: 70	L: 80	L: 73	L: 73	L: 81	L: 68	L: 64

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**.



Nuestra Empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

S 2	Lunes 9	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13	Sábado 14	Domingo 15
Comida	LENTEJAS ESTOFADAS COLIFLOR AL AJO ARRIERO MERLUZA EN SALSA VERDE CHULETA DE CERDO AL AJILLO FRUTA POSTRE LACTEO	ARROZ MELOSO DE VERDURAS ALCACHOFAS REHOGADAS POLLO ASADO CON PATATAS ATUN EN PISTO FRUTA POSTRE LACTEO	ESPAGUETIS BOLOÑESA COLES DE BRUSELAS MERLUZA AL HORNO RAGOUT DE TERNERA CON VERDURAS FRUTA POSTRE LACTEO	ALUBIAS PINTAS CON ARROZ MENESTRA ALMERIENSE JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO ABADEJO EN SALSA VERDE FRUTA POSTRE LACTEO	PATATAS CON COSTILLAS ADOBADAS JUDÍAS VERDES REHOGADAS LIMANDA AL HORNO ALBONDIGAS DE TERNERA CON SALSA DE TOMATE FRUTA POSTRE LACTEO	REPOLLO AJO ARRIERO PAELLA BROCHETA DE POLLO LIMANDA AL HORNO FRUTA POSTRE LACTEO	ESPINACAS CON JAMON Y HUEVO DURO LAZOS A LA SICILIANA FILETE DE AGUJA DE CERDO EN SALSA MERLUZA AL HORNO FRUTA POSTRE LACTEO
Cena	ROLLITO DE PRIMAVERA CREMA DE ZANAHORIA NATURAL ABADEJO AL HORNO CROQUETAS DE JAMÓN FRUTA POSTRE LACTEO	CHAMPIÑÓN AL AJILLO SOPA DE LLUVIA TORTILLA DE PATATAS MAZA ASADA FRUTA POSTRE LACTEO	CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante) PATATAS GRATINADAS SALCHICHAS FRESCAS FOGONERO AL HORNO FRUTA POSTRE LACTEO	GUISANTES ENCEBOLLADOS CON CHORIZO PISTO CON HUEVO RABAS A LA MADRILEÑA LOMO A LA PLANCHA FRUTA POSTRE LACTEO	CREMA DE CALABACÍN NATURAL SALTEADO MEDITERRANEO PIZZA PALOMETA A LA RIOJANA FRUTA POSTRE LACTEO	SOPA DE FIDEOS TUMBET BALEAR BACALAO REBOZADO HAMBURGUESA COMPLETA FRUTA POSTRE LACTEO	CREMA DE PUERRO NATURAL ENSALADA ALEMANA BUTIFARRA A LA PLANCHA CROQUETAS DE POLLO FRUTA POSTRE LACTEO
Energía (Kcal.)	1.699 Kcal	1.885 Kcal	1.652 Kcal	1.624 Kcal	1.846 Kcal	1.590 Kcal	1.680 Kcal
Proteínas (g.)	P: 65	P: 90	P: 78	P: 82	P: 80	P: 83	P: 65
H. Carbono(g.)	HC: 162	HC: 179	HC: 182	HC: 159	HC: 189	HC: 176	HC: 181
Lípidos (g.)	L: 83	L: 83	L: 63	L: 66	L: 78	L: 57	L: 71

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL.**



Nuestra Empresas somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

S 3	Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18	Jueves 19	Viernes 20	Sábado 21	Domingo 22
Comida	<p>BROCOLI CON AJITOS PATATAS RIOJANA</p> <p>EMPANADILLAS DE ATÚN POLLO GUISADO CON VERDURAS</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>LENTEJAS CON VERDURAS ALCACHOFAS REHOGADAS</p> <p>ATUN A LA RIOJANA PECHUGA DE POLLO REBOZADA</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>ARROZ A LA CUBANA COLES DE BRUSELAS</p> <p>ROTTI DE PAVO MERLUZA A LA PLANCHA</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>ALUBIAS ESTOFADAS MENESTRA SALTEADA CON BACON</p> <p>BACALAO REBOZADO TRASERO DE POLLO ASADO</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>JUDÍAS VERDES CON TOMATE FIDEUA MARINERA</p> <p>ALBONDIGAS DE VACUNO EN SALSA ESPAÑOLA EMPANADA DE ATÚN</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>PATATAS CON COSTILLAS ADOBADAS BERENJENA AL HORNO</p> <p>MAGRO CON VERDURAS SAN JACOBO CASERO</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>ACELGAS AL AJILLO TALLARINES A LA ITALIANA</p> <p>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO BUÑUELOS DE BACALAO</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>
Cena	<p>CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante)</p> <p>RATATOUILLE SALTEADO CON JAMON</p> <p>FOGONERO BILBAINA REVUELTO DE BACON</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>SOPA DE COCIDO ENSALADA CAMPERA</p> <p>LOMO ADOBADO PLANCHA ABADEJO ROMANA</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>GUISANTES CON BACON LAZOS A LA SICILIANA</p> <p>CHULETA DE CERDO AL AJILLO</p> <p>RABA DE CALAMAR A LA ANDALUZA</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>CREMA DE ZANAHORIA NATURAL</p> <p>COLIFLOR GRATINADA CON QUESO</p> <p>TORTILLA DE PATATAS HAMBURGUESA DE PESCADO A LA PLANCHA</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>SOPA DE PICADILLO (DESGRASADA) PISTO</p> <p>PALOMETA ENCEBOLLADA PIZZA</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>RATATOUILLE SALTEADO CON JAMON</p> <p>ENSALADILLA RUSA</p> <p>REVUELTO DE HUEVO PATATAS Y JAMON</p> <p>HAMBURGUESA DE TERNERA CON QUESO</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>ENSALADA DE ARROZ SOPA DE PESCADO</p> <p>MERLUZA AL HORNO SALCHICHAS FRANKFURT PLANCHA</p> <p>FRUTA POSTRE LACTEO</p>
Energía (Kcal.)	1.603 Kcal	1.570 Kcal	1.664 Kcal	1.672 Kcal	1.953 Kcal	1.882 Kcal	1.467 Kcal
Proteínas (g.)	P: 57	P: 90	P: 79	P: 84	P: 70	P: 84	P: 58
H. Carbono(g.)	HC: 175	HC: 154	HC: 183	HC: 178	HC: 216	HC: 176	HC: 175
Lípidos (g.)	L: 68	L: 60	L: 65	L: 62	L: 82	L: 89	L: 55

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL.**



Nuestra Empresas somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

S 4	Lunes 23	Martes 24	Miércoles 25	Jueves 26	Viernes 27	Sábado 28	Domingo 29
Comida	GARBANZOS ESTOFADOS ESPINACAS CON JAMON Y HUEVO DURO CROQUETAS DE POLLO RAGOUT DE TERNERA CON VERDURAS FRUTA POSTRE LACTEO	GUISANTES CON CHORIZO ARROZ EXTREMEÑO PECHUGA DE POLLO CON SALSA DE LIMÓN LIMANDA AL HORNO FRUTA POSTRE LACTEO	MENESTRA SALTEADA CON BACON LENTEJAS ESTOFADAS MERLUZA ENCEBOLLADA MAZA ASADA A LA MOSTAZA FRUTA POSTRE LACTEO	BROCOLI CON BECHAMEL SOPA DE COCIDO JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO FOGONERO A LA BILBAINA FRUTA POSTRE LACTEO	CALABACÍN PLANCHA ESPAGUETIS CON ATUN MERLUZA EN SALSA ALBONDIGAS DE VACUNO EN SALSA ESPAÑOLA FRUTA POSTRE LACTEO	PANACHE DE VERDURAS JUDÍAS PINTAS CON CHISTORRA EMPANADILLAS DE ATÚN COSTILLA A LA MIEL FRUTA POSTRE LACTEO	PISTO CON HUEVO PAELLA VALENCIANA BISTEC DE TERNERA PLANCHA PALOMETA A LA RIOJANA FRUTA POSTRE LACTEO
	Cena	CREMA DE CALABACÍN NATURAL JUDÍAS VERDES CON TOMATE PALOMETA ENCEBOLLADA LOMO ADOBADO PLANCHA FRUTA POSTRE LACTEO	ENSALADA DE PASTA CON VERDURITAS ROLLITO DE PRIMAVERA HUEVO FRITO ABADEJO ORLY FRUTA POSTRE LACTEO	BERENJENA AL HORNO RAVIOLIS A LA NAPOLITANA ALITAS DE POLLO CON SALSA BARBACOA BACALAO REBOZADO FRUTA POSTRE LACTEO	CREMA DE CALABAZA NATURAL SALTEADO DE VERDURAS CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA RABAS DE CALAMAR ALLI- OLLI FRUTA POSTRE LACTEO	SOPA DE LLUVIA COLIFLOR AL AJO ARRIERO ROTTI DE PAVO TORTILLA DE PATATAS FRUTA POSTRE LACTEO	ACELGAS CON PATATA CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante) ATUN CON TOMATE PIZZA FRUTA POSTRE LACTEO
Energía (Kcal.)	1.657 Kcal	1.787 Kcal	1.956 Kcal	1.377 Kcal	1.657 Kcal	2.225 Kcal	1.648 Kcal
Proteínas (g.)	P: 87	P: 78	P: 99	P: 59	P: 93	P: 83	P: 80
H. Carbono(g.)	HC: 167	HC: 176	HC: 183	HC: 140	HC: 167	HC: 213	HC: 177
Lípidos (g.)	L: 64	L: 81	L: 85	L: 61	L: 65	L: 108	L: 64

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**.



Nuestra Empresas somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

S 5	Lunes 30	Martes 31	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3	Sábado 4	Domingo 5
Comida	<p>CREMA DE PUERRO NATURAL CODITOS A LA SICILIANA MAZA ASADA FOGONERO A LA PLANCHA FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>ARROZ CAMPERO BERENJENA RELLENA DE VERDURA Y HUEVO ABADEJO AL HORNO TRASERO DE POLLO ASADO FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>SOPA DE COCIDO ESPINACAS REHOGADAS COCIDO COMPLETO DESGRASADO (POLLO COCIDO CON VERDURAS) FOGONERO A LA BILBAINA FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>COLES DE BRUSELAS ESPAGUETIS A LA CARBONARA ROTTI DE PAVO ATUN A LA RIOJANA FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>LENTEJAS ESTOFADAS BROCOLI CON AJITOS ALBONDIGAS DE VACUNO EN SALSA ESPAÑOLA PALOMETA EN SALSA FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>PAELLA ALICANTINA SALTEADO MEDITERRANEO CHULETA DE CERDO AL AJILLO EMPANADA DE ATÚN FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>PATATAS CON COSTILLAS ADOBADAS CALABACÍN PLANCHA PIMIENTOS RELLENOS DE BACALAO EN SALSA POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA POSTRE LACTEO</p>
Cena	<p>BROCOLI SALTEADO CON JAMON COUS COUS MERLUZA A LA DONOSTIARRA TORTILLA DE PATATAS FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>SOPA DE LLUVIA MENESTRA SALTEADA HAMBURGUESA COMPLETA LIMANDA AL HORNO FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>GUISANTES A LA FRANCESA CREMA DE CALABAZA NATURAL BUTIFARRA A LA PLANCHA CROQUETAS DE POLLO FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>ENSALADILLA RUSA ALCACHOFAS CON JAMÓN ALITAS DE POLLO FRITAS ABADEJO ROMANA FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>PANACHE DE VERDURAS SOPA DE COCIDO HUEVOS FRITOS CON TOMATE MERLUZA AL LIMON FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante) COLIFLOR AL AJO ARRIERO PIZZA BACALAO REBOZADO FRUTA POSTRE LACTEO</p>	<p>CREMA DE ZANAHORIA NATURAL ENSALADA ALEMANA MERLUZA EN SALSA VERDE SALCHICHAS FRANKFURT PLANCHA FRUTA POSTRE LACTEO</p>
Energía (Kcal.)	1.600 Kcal	1.654 Kcal	1.439 Kcal	1.842 Kcal	1.578 Kcal	2.066 Kcal	1.842 Kcal
Proteínas (g.)	P: 77	P: 84	P: 56	P: 102	P: 75	P: 75	P: 90
H. Carbono(g.)	HC: 173	HC: 173	HC: 154	HC: 168	HC: 154	HC: 223	HC: 168
Lípidos (g.)	L: 63	L: 64	L: 61	L: 79	L: 67	L: 90	L: 86

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL.**



Nuestra Empresas somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

S 6	Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10	Sábado 11	Domingo 12
Comida	JUDIAS BLANCAS CON CHORIZO MENESTRA ALMERIENSE LIMANDA AL HORNO MAGRO CON VERDURAS FRUTA POSTRE LACTEO	GARBANZOS ESTOFADOS MACARRONES CON TOMATE SALCHICHAS FRESCAS ABADEJO EN SALSA MARINERA FRUTA POSTRE LACTEO	CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante) ARROZ MELOSO DE VERDURAS CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO MERLUZA A LA PLANCHA FRUTA POSTRE LACTEO	PATATAS CON COSTILLAS ADOBADAS MENESTRA DE VERDURAS A LA BILBAINA FOGONERO A LA GALLEGA CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA FRUTA POSTRE LACTEO	LENTEJAS CON VERDURAS ESPINACAS CON JAMON Y HUEVO DURO ABADEJO ENCEBOLLADO ALBONDIGAS DE TERNERA CON SALSA DE TOMATE FRUTA POSTRE LACTEO	PATATAS RIOJANA ESPAGUETIS NAPOLITANA MERLUZA AL HORNO POLLO AL LIMÓN FRUTA POSTRE LACTEO	PAELLA VALENCIANA PANACHE DE VERDURAS RAGOUT DE TERNERA CON VERDURAS EMPANADA DE ATÚN FRUTA POSTRE LACTEO
Cena	CANELONES DE ATÚN ESPINACAS SALTEADAS CON AJOS TIERNOS REVUELTO DE BACON LOMO A LA CATALANA FRUTA POSTRE LACTEO	SOPA DE COCIDO ENSALADA DE PATATAS ATUN AL VINO ROTTI DE PAVO FRUTA POSTRE LACTEO	COLIFLOR GRATINADA CON QUESO ENSALADA DE PASTA HAMBURGUESA COMPLETA PALOMETA A LA RIOJANA FRUTA POSTRE LACTEO	SOPA DE LLUVIA TALLARINES AL PESTO ALITAS DE POLLO FRITAS RABA DE CALAMAR ROMANA (RABAS) FRUTA POSTRE LACTEO	CREMA DE CALABACÍN NATURAL BERENJENA FRITA CON MIEL TORTILLA DE PATATAS BACALAO REBOZADO FRUTA POSTRE LACTEO	SOPA HORTELANA JUDÍAS VERDES REHOGADAS PIZZA BUÑELOS DE BACALAO FRUTA POSTRE LACTEO	BROCOLI CON BECHAMEL CREMA DE PUERRO NATURAL REVUELTO DE CHAMPIÑONES BUTIFARRA A LA PLANCHA FRUTA POSTRE LACTEO
Energía (Kcal.)	1.796 Kcal	1.707 Kcal	1.823 Kcal	1.792 Kcal	1.686 Kcal	1.724 Kcal	1.863 Kcal
Proteínas (g.)	P: 93	P: 92	P: 89	P: 75	P: 84	P: 66	P: 73
H.Carbono(g.)	HC: 168	HC: 178	HC: 211	HC: 171	HC: 173	HC: 200	HC: 203
Lípidos (g.)	L: 75	L: 65	L: 63	L: 86	L: 66	L: 68	L: 78

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**.



Nuestra Empresas somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.