

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	- Día 2 - Lentejas estofadas con verduras  Filete de pollo empanado c/ Lechuga y maíz Pan y Clementina  Kcal:513 Prot:27,7 Lip:9,1 HC:84,7	- Día 3 - Arroz tres delicias  Ragout de ternera en salsa con verduritas y patatas Pan y Yogur natural  Kcal:305 Prot:11,3 Lip:6,1 HC:54,4	- Día 4 - Crema de puerro  Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Pan y Platano  Kcal:372 Prot:22,9 Lip:8,8 HC:53,7	- Día 5 - Judias pintas con arroz Filete de merluza al pil pil  Pan y Yogur natural  Kcal:486 Prot:26,6 Lip:13,4 HC:68,2
- Día 8 - Crema de judias verdes  Tortilla de patata y calabacin c/ Lechuga  Pan y Pera  Kcal:402 Prot:11,8 Lip:14,4 HC:59,6		- Día 10 - Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Pan y Manzana  Kcal:499 Prot:21 Lip:19,7 HC:67,3	- Día 11 - Patatas guisadas con verduras  Filete de pollo con guisantes y zanahoria Pan y Yogur natural  Kcal:414 Prot:22,9 Lip:15,2 HC:50,1	- Día 12 - Crema de calabaza  Ternera asada encebollada c/ Lechuga y remolacha Pan y Naranja  Kcal:344 Prot:22,3 Lip:8,6 HC:47,7
- Día 15 - Coditos blancos salteados con verduritas  Ventresca de bacalao con cebollita y bolas de patata  Pan y Yogur natural  Kcal:408 Prot:18,4 Lip:15,1 HC:52,9	- Día 16 - Crema de coliflor  Albondigas burger meat mixta a la jardinera  Pan y Manzana  Kcal:483 Prot:16,6 Lip:22,8 HC:57,5	- Día 17 - Alubias blancas estofadas con verduras  Filete de merluza a la italiana con daditos de calabaza  Pan y Yogur natural  Kcal:443 Prot:28,2 Lip:8,2 HC:67,2	- Día 18 - Arroz blanco con salsa de tomate Salchichas de pavo en salsa con patatas  Pan y Clementina  Kcal:623 Prot:21,3 Lip:24,6 HC:75,7	- Día 19 - Lentejas a la hortelana  Tortilla francesa c/ Lechuga y maíz  Pan y Yogur natural  Kcal:512 Prot:25,2 Lip:13,6 HC:75,1
- Día 22 - Patatas guisadas con magro fresco  Filete de abadejo en salsa con daditos de calabacin  Pan y Pera  Kcal:327 Prot:15,8 Lip:9,3 HC:49,5	- Día 23 - Fideva con pollo  Ternera en salsa con verduritas y patatas  Pan y Yogur natural  Kcal:423 Prot:28,3 Lip:13,4 HC:50,6	- Día 24 - Judias pintas estofadas con verduras  Merluza en salsa con zanahoria baby  Pan y Naranja  Kcal:440 Prot:25 Lip:9,2 HC:67,2	- Día 25 - Crema de calabaza con queso  Cinta de lomo fresca encebollada c/ Lechuga Pan y Yogur natural  Kcal:454 Prot:31 Lip:17,5 HC:46,7	- Día 26 - Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Pan y Platano  Kcal:515 Prot:21,6 Lip:19,4 HC:70,4
- Día 29 - Macarrones a la napolitana  Filete de bacalao rebozado c/ Lechuga y remolacha  Pan y Yogur natural  Kcal:544 Prot:23,5 Lip:19,2 HC:71,9	- Día 30 - Crema de verduras  Ragout de pollo a la jardinera con patatas  Pan y Manzana  Kcal:478 Prot:35,2 Lip:12,9 HC:58,5			

