



1	2	3	4	5	I. Nutricional
lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	
					Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
<p>8</p> <p>Arroz napolitana San Jacobo con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Neapolitan rice Cooked ham & cheese escalope with lettuce salad with tomato & sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>9</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>10</p> <p>Crema de calabaza Jamonicitos de pollo al ajillo con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Cream of butternut squash Chicken drumsticks in garlic sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Lentejas con verduras Huevos revueltos con champiñones con tomate al horno Yogur y pan Vegetable lentils Scrambled eggs with mushrooms with baked tomato Yoghurt and bread</p>	<p>12</p> <p>Fideuá Caella rebozada con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Fideua (fine paella) Battered & fried blue shark with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread</p>	Kcal: 678 HC: 86 Prot: 33 Lip: 26
<p>15</p> <p>Marmitako de atún Pollo asado al romero con menestra Fruta y pan Marmitako tuna Rosemary roasted chicken with menestra Fruit and bread</p>	<p>16</p> <p>Crema de zanahoria Lacón a la gallega Yogur y pan Cream of carrot Lacón pork shoulder with potatoes Yoghurt and bread</p>	<p>17</p> <p>Garbanzos estofados Tortilla de calabacín con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Stewed chickpeas Zucchini omelette with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Arroz napolitana Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Gelatina y pan Neapolitan rice Meatballs with vegetables with french fries Gelatin and bread</p>	<p>19</p> <p>Alubias blancas estofadas Merluza a la romana con lechuga y olivas negras Fruta y pan Stewed white beans Battered & fried hake with lettuce & olives Fruit and bread</p>	Kcal: 723 HC: 82 Prot: 31 Lip: 30
<p>22</p> <p>Macarrones carbonara Lomo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan Macaroni in carbonara sauce Tenderloin with garlic with french fries Fruit and bread</p>	<p>23</p> <p>Lentejas a la riojana Tortilla de atún con tomates con orégano Yogur y pan Rioja style lentils Tuna omelette with tomatoes with oregano Yoghurt and bread</p>	<p>24</p> <p>Judías verdes rehogadas con patatas Hamburguesa a la plancha con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Sauteed green beans with potatoes Grilled hamburger with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread</p>	<p>26</p> <p>Arroz a banda Palometa al horno con pisto Fruta y pan Rice "a banda" Baked pomfret with ratatouille Fruit and bread</p>	Kcal: 766 HC: 84 Prot: 35 Lip: 30
<p>29</p> <p>Coditos napolitana Merluza a la romana con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Neapolitan style Pasta Battered & fried hake with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread</p>	<p>30</p> <p>Crema de puerros Pollo al horno con patatas fritas Fruta y pan Cream of leek Baked chicken with french fries Fruit and bread</p>	<p>31</p> <p>Alubias pintas estofadas Cinta de lomo con lechuga y zanahoria Yogur y pan Stewed pinto beans Pork loin with lettuce & carrot Yoghurt and bread</p>			Kcal: 747 HC: 85 Prot: 34 Lip: 31