



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
	1 <b>FESTIVO</b>	2 <b>FESTIVO</b>	3 Macarrones a la genovesa San Jacobo con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Macaroni in genovese sauce Cooked ham & cheese escalope with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread	4 Lentejas a la jardinera Tortilla de atún con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Vegetables lentils Tuna omelette with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	Kcal: 690 HC: 81 Prot: 29 Lip: 31
7 Crema de calabacín Magro con patatas fritas Fruta y pan Cream of zucchini Pork steak with french fries Fruit and bread	8 Espaguetis con boloñesa de chorizo Huevos gratinados con tomate con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Spaghetti with chorizo bolognese sauce Eggs au gratin with tomato with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	9 Alubias pintas a la riojana Ventresca de merluza al horno con lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rioja style cooked beans Baked hake with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread	10 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	11 Paella mixta Filete de merluza con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Helado y pan Mixed paella Hake steak with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Ice cream and bread	Kcal: 690 HC: 88 Prot: 33 Lip: 24
14 Macarrones al ajillo Revuelto de jamón york con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Garlic macaroni Scrambled eggs with ham with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread	15 <b>FESTIVO</b>	16 Lentejas con chorizo Ragout de pavo con zanahorias salteadas Fruta y pan Lentils with chorizo sausage Turkey stew with sautéed carrots Fruit and bread	17 Crema de calabaza Cinta de lomo con patatas fritas Yogur y pan Cream of butternut squash Pork loin with french fries Yoghurt and bread	18 Alubias blancas estofadas Caella a la andaluza con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Stewed white beans Andalusian style blue shark with lettuce salad with tomato & sweetcorn Fruit and bread	Kcal: 698 HC: 77 Prot: 32 Lip: 31
21 Judías verdes con tomate Jamoncitos en pepitoria con patatas fritas Fruta y pan Green beans with tomatoes Chicken drumsticks in pepitoria sauce with french fries Fruit and bread	22 Alubias pintas estofadas Rape a la andaluza con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Stewed pinto beans Andalusian monkfish with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread	23 Coditos gratinados Tortilla de calabacín con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Grilled pasta Zucchini omelette with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread	24 Crema de legumbres Salteado moruno con patatas fritas Fruta y pan Cream of legumes Shish-kabab with french fries Fruit and bread	25 Arroz napolitana Merlán al horno con verduras salteadas Fruta y pan Neapolitan rice Baked whiting with sautéed vegetables Fruit and bread	Kcal: 751 HC: 81 Prot: 33 Lip: 34
28 Macarrones con salsa cuatro quesos Palometa con salsa de tomate con champiñones salteados Fruta y pan Macaroni with four cheese sauce Pomfret with tomato sauce with sautéed mushrooms Fruit and bread	29 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread	30 Crema de zanahoria Salchichas de pollo con espirales salteadas Helado y pan Cream of carrot Chicken hotdogs with sautéed spiral pasta Ice cream and bread	31 Arroz a banda Huevos revueltos con bacon con lechuga y tomate Fruta y pan Rice "a banda" Screambled eggs with bacon with lettuce & tomatoes Fruit and bread	Kcal: 753 HC: 90 Prot: 37 Lip: 29	