

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 KCal. 818 H.C. 96 Lip. 30 P. 43 PATATAS A LA RIOJANA	2 KCal. 850 H.C. 124 Lip. 23 P. 45 ARROZ CON VERDURAS Y CURRY	3 KCal. 824 H.C. 100 Lip. 36 P. 34 LENTEJAS	4 KCal. /07 H.C. 81 Lip. 26 P. 41 PURE DE VERDURAS	5 KCal. 877 H.C. 113 Lip. 25 P. 57 ALUBIA PINTA LEONESA
FILETE DE POLLO EMPANADO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES FRUTA PAN INTEGRAL	ZANCARRON DE TERNERA CON TOMATE FRUTA PAN	TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN AL HORNO • TOMATE FRESCO ACTIMEL PAN	RAGOUT DE LOMO CON VERDURITAS FRUTA PAN	BACALAO CON TOMATE FRUTA PAN
8 KCal. 886 H.C. 129 Lip. 35 P. 22 PAELLA VEGETAL	9 KCal. /26 H.C. 84 Lip. 31 P. 32 SOPA MINISTRONE	10 KCal. /21 H.C. /5 Lip. 37 P. 26 PURE DE ZANAHORIA	11 KCal. 690 H.C. /5 Lip. 30 P. 32 JUDIAS VERDES CON PATATAS	12 KCal. /52 H.C. 103 Lip. 22 P. 40 ALUBIAS BLANCAS
TORTILLA DE PATATAS Y CHAMPIÑONES AL HORNO • ZANAHORIA RALLADA FRUTA PAN INTEGRAL	FILETE DE PERNIL EMPANADO CON PIPERRADA FRUTA PAN	LOMO DE MERLUZA A LA ROMANA • LECHUGA FRUTA PAN	FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA CON VERDURITAS YOGUR PAN	MUSLO DE POLLO ASADO • PATATAS CHIPS FRUTA PAN
15 KCal. 906 H.C. 122 Lip. 28 P. 47 MACARRONES CON HUEVO DURO Y ATUN	16 KCal. 683 H.C. 66 Lip. 36 P. 28 PURE DE CALABACIN	17 KCal. 696 H.C. /4 Lip. 38 P. 19 SOPA DE PESCADO	18 KCal. 935 H.C. 119 Lip. 32 P. 50 GARBANZOS CON ARROZ	
QUISADO DE TERNERA CON SALTEADO DE VERDURAS FRUTA PAN INTEGRAL	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • MAHONESA YOGUR PAN	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • LECHUGA FRUTA PAN	ATUN FRITO CON PIPERRADA FRUTA PAN	
22 KCal. 880 H.C. /7 Lip. 24 P. 45 SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS	23 KCal. /61 H.C. 133 Lip. 21 P. 17 PURE DE COLIFLOR ECOLOGICA	24 KCal. /62 H.C. 90 Lip. 21 P. 58 LENTEJAS A LA CASTELLANA	25 KCal. 679 H.C. /5 Lip. 33 P. 25 PORRUSALDA	26 KCal. 903 H.C. 128 Lip. 33 P. 28 GARBANZOS
RAGOUT DE LOMO • LECHUGA FRUTA PAN INTEGRAL	ARROZ CON VERDURAS Y CURRY FRUTA PAN	ZANCARRON DE TERNERA CON TOMATE YOGUR PAN	MERLUZA FRESCA A LA ROMANA • ZANAHORIA RALLADA FRUTA PAN	EMPANADILLAS DE ATUN • SALSA DE TOMATE FRITO FRUTA PAN

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal. (I HANSPOKIAUO: en los anaficiacos y celiacos los platos resaltados son la alternativa al menú celiaco)