

## LUNES

## MARTES

## MIÉRCOLES

## JUEVES

## VIERNES

Promedio semanal 3 a 8 años:  
Promedio semanal 9 a 13 años:

Kcal: 607.3  
Kcal: 777.34

Prot: 28.4  
Prot: 36.35

LIP: 19.66  
LIP : 25.16

HC(gr): 82.67  
HC(gr): 105.82

05  
GARBANZOS CON VERDURAS  
CONTRAMUSLO DE POLLO EN PEPITORIA CON  
LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

Promedio semanal 3 a 8 años:  
Promedio semanal 9 a 13 años:

06  
ARROZ CON VERDURAS  
ABADEJO A LA MEDITERRANEA  
FRUTA FRESCA Y PAN

Kcal: 593,46  
Kcal: 759,63

07  
JUDÍAS VERDES CON PATATAS AL VAPOR  
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA ESPAÑOLA  
YOGURT Y PAN

Prot: 28.94  
Prot: 37,04

08  
SOPA CASERA DE AVE  
TORTILLA DE PATATA CON  
MAIZ Y LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

LIP: 18,01  
LIP : 23,05

09  
CREMA DE CALABAZA  
LOMO A LA RIOJANA CON LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

HC(gr): 79,07  
HC(gr): 101,23

12  
FESTIVO

Promedio semanal 3 a 8 años:  
Promedio semanal 9 a 13 años:

13  
ALUBIAS CON VERDURAS  
JAMONCITOS DE POLLO AL LIMÓN CON  
LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

Kcal: 603,51  
Kcal: 772,49

14  
BORRAJA DE ARAGÓN CON PATATAS  
SAN JACOBO CON LECHUGA  
YOGURT Y PAN

Prot: 30,3  
Prot: 38,78

15  
PATATAS ESTOFADAS A LA MARINERA  
LOMO CON SALSA DE ZANAHORIA  
FRUTA FRESCA Y PAN

LIP: 23,39  
LIP : 29,94

16  
ARROZ CON SALSA DE TOMATE  
MERLUZA EN SALSA  
FRUTA FRESCA Y PAN

HC(gr): 68,1  
HC(gr): 87,17

19  
CREMA DE CALABACÍN  
TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

Promedio semanal 3 a 8 años:  
Promedio semanal 9 a 13 años:

20  
LENTEJAS A LA CAMPESINA CON VERDURAS  
FILETE DE POLLO EMPANADO CON MAIZ Y  
LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

Kcal: 580,69  
Kcal: 743,28

21  
ARROZ CON CALAMARES  
MERLUZA EN SALSA VERDE  
YOGURT Y PAN

Prot: 25,086  
Prot: 32,11

22  
ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS  
SALCHICHAS FRESCAS DE AVE CON  
TOMATE Y LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

LIP: 18,894  
LIP : 24,18

23  
TALLARINES CON TOMATE  
TERNERA A LA JARDINERA  
FRUTA FRESCA Y PAN

HC(gr): 77,614  
HC(gr): 99,35

26  
SOPA CASERA DE COCIDO  
LONGANIZA DE ARAGÓN CON LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

Promedio semanal 3 a 8 años:  
Promedio semanal 9 a 13 años:

27  
VERDURA TRICOLOR AL ACEITE DE AJO  
CONTRAMUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN  
FRUTA FRESCA Y PAN

Kcal: 602,82  
Kcal: 771,61

28  
GARBANZOS CON VERDURAS  
CINTA DE LOMO CON CHAMPIÑONES Y  
LECHUGA  
YOGURT Y PAN

Prot: 26,048  
Prot: 33,34

29  
PAELLA DE CARNE  
TORTILLA FRANCESA CON YORK Y  
LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN

LIP: 23,272  
LIP : 29,79

30  
PATATAS GUIADAS CON CHORIZO  
SALMÓN AL HORNO EN SALSA DE CALABAZA  
FRUTA FRESCA Y PAN

HC(gr): 75,64  
HC(gr): 96,82