



INTEGRAL

NUOVA RECETA

ECOLÓGICO

PROXIMIDAD

ALERGIAS

ACEITE DE OLIVA VIRGEN

OCASIONAL

RESIDUOS

### LUNES

### MARTES

### MIÉRCOLES

### JUEVES

### VIERNES



1

ARROZ CON TOMATE  
GALLINETA EN SALSA DE ZANAHORIAS  
CON PATATAS FILETEADA  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
672	26	20	96	3

4

SOPA DE PASTA Y HORTALIZAS  
CHULETAS DE SAJONIA CON  
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
LECHE – FRUTA DE TEMPORADA


Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
600	26	21	81	5

5

LENTEJAS GUIADAS CON VERDURITAS  
PESCADILLA MARINERA  
FRUTA DE TEMPORADA


Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
619	36	11	98	1

6

JUDIAS VERDES CON PATATAS  
ALBÓNDIGAS DE POLLO CON ARROZ  
INTEGRAL   
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
614	23	3	103	3

7

PUCHERO DE GARBANZOS  
VENTRESCA DE MERLUZA CON RODAJA  
DE TOMATE ALIÑADO ECO   
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
630	40	19	78	2

8

MACARRONES CON GAMBAS  
GRATINADOS AL HORNO  
HUEVO FRITO CON PATATAS  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
699	25	32	78	7

11

ARROZ MELOSO  
PALOMETA CON TOMATE  
YOGUR – FRUTA DE TEMPORADA

Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)	
608	29	14	97	1

12

BRÓCOLI Y ZANAHORIA SALTEADA  
CARRILLADA EN SU JUGO CON  
PATATAS   
FRUTA DE TEMPORADA



Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
601	31	26	66	5

13

SOPA DE COCIDO  
COMPLEMENTO DE COCIDO: MORCILLO,  
CHORIZO, POLLO, GARBANZOS Y  
REPOLLO  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
621	28	10	100	1

14

CREMA DE CALABACIN ECO   
TORTILLA FRANCESA CON  
GUARNICIÓN DE WOK DE POLLO   
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
601	25	22	80	5

15

EMPEDRADO DE JUDIAS PINTAS CON  
VERDURITAS  
ABADEJO AL HORNO CON PATATAS  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
631	41	22	66	4

18

ESPINACAS GRATINADAS  
FILETE DE LOMO FRESCO CON  
PATATAS  
LECHE – FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
600	29	29	61	9

19

GARBANZOS A LA MEDITERRÁNEA  
SALMÓN EN SALSA CON GUARNICIÓN  
DE ARROZ BLANCO  
MANZANA ECOLÓGICA 

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
704	41	19	94	2

20

  
ESPAGUETIS BOLONESA  
TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA  
DE LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
699	25	28	85	5

21

LENTEJAS CASERAS  
CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO  
CON CHAMPIÑÓN  
FRUTA DE TEMPORADA  
POSTRE DE PASCUA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
721	37	20	102	9

