

# ASTRINGENTE


# MARZO 2023

		<p><b>MIÉRCOLES-01</b> Arroz en blanco Abadejo en su jugo Lácteo 480,1Kcal - Prot:19,6g - Lip:12,1g - HC:73,9g AGS:2,5g - Azúcares:16,9g - Sal:1,4g</p>	<p><b>JUEVES-02</b> Sopa de pollo SG Filete de magro al horno (sin ajo) Plátano maduro/manzana 585,5Kcal - Prot:39,6g - Lip:21,7g - HC:55,9g AGS:6,6g - Azúcares:7,7g - Sal:2,3g</p>	<p><b>VIERNES-03</b> Crema de patata Pechuga de pollo al horno Lácteo 477,6Kcal - Prot:22,1g - Lip:8,3g - HC:75,7g AGS:1,4g - Azúcares:15,8g - Sal:2,0g</p>
<p><b>LUNES-06</b> Patatas estofadas con zanahoria Tortilla francesa Plátano maduro/manzana 600,1Kcal - Prot:35,9g - Lip:18,3g - HC:70,1g AGS:4,4g - Azúcares:17,2g - Sal:3,0g</p>	<p><b>MARTES-07</b> Pasta en blanco Abadejo en su jugo Plátano maduro/manzana 452,8Kcal - Prot:22,4g - Lip:15,3g - HC:58,7g AGS:4,5g - Azúcares:7,9g - Sal:1,6g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-08</b> Crema de patata Contramuslo de pollo al horno Lácteo 501,5Kcal - Prot:25,1g - Lip:9,6g - HC:75,8g AGS:1,6g - Azúcares:15,8g - Sal:2,1g</p>	<p><b>JUEVES-09</b> Arroz en blanco Cinta de lomo al horno Plátano maduro/manzana 602,8Kcal - Prot:19,7g - Lip:14,4g - HC:101,1g AGS:2,9g - Azúcares:14,8g - Sal:3,0g</p>	<p><b>VIERNES-10</b> Crema de zanahoria Merluza en su jugo Lácteo 500,4Kcal - Prot:29,0g - Lip:9,5g - HC:70,9g AGS:1,6g - Azúcares:16,6g - Sal:3,2g</p>
<p><b>LUNES-13</b> Pasta en blanco Pizza Plátano maduro/manzana 497,7Kcal - Prot:23,5g - Lip:11,2g - HC:72,6g AGS:1,8g - Azúcares:17,5g - Sal:3,8g</p>	<p><b>MARTES-14</b> <b>MENÚ ESPECIAL FALLAS</b> Arroz caldoso Rollito de pavo y queso con patatas Postre especial 701,6Kcal - Prot:50,6g - Lip:26,8g - HC:61,5g AGS:7,9g - Azúcares:14,3g - Sal:4,4g</p> 	<p><b>MIÉRCOLES-15</b>  FESTIVO</p>	<p><b>JUEVES-16</b>  FESTIVO</p>	<p><b>VIERNES-17</b>  FESTIVO</p>
<p><b>LUNES-20</b> Crema de calabacín Contramuslo de pollo al horno con patatas Plátano maduro/manzana 597,4Kcal - Prot:51,2g - Lip:13,4g - HC:64,8g AGS:2,8g - Azúcares:15,8g - Sal:3,2g</p>	<p><b>MARTES-21</b> Pasta en blanco Abadejo en su jugo Plátano maduro/manzana 822,1Kcal - Prot:50,8g - Lip:28,9g - HC:89,1g AGS:8,3g - Azúcares:6,5g - Sal:4,0g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-22</b> Sopa de ave Tortilla francesa Lácteo 505,3Kcal - Prot:34,1g - Lip:13,4g - HC:59,8g AGS:3,9g - Azúcares:16,8g - Sal:3,3g</p>	<p><b>JUEVES-23</b> Crema de zanahoria Filete de ternera al horno Plátano maduro/manzana 449,1Kcal - Prot:18,6g - Lip:12,0g - HC:67,8g AGS:2,5g - Azúcares:16,0g - Sal:1,3g</p>	<p><b>VIERNES-24</b> Arroz en blanco Filete de merluza al horno Lácteo 477,6Kcal - Prot:22,1g - Lip:8,3g - HC:75,7g AGS:1,4g - Azúcares:15,8g - Sal:2,0g</p>
<p><b>LUNES-27</b> Patata cocida Pechuga de pollo al horno Plátano maduro/manzana 682,0Kcal - Prot:53,0g - Lip:13,6g - HC:83,5g AGS:2,9g - Azúcares:17,0g - Sal:4,0g</p>	<p><b>MARTES-28</b> Sopa de pollo SG Merluza al horno Plátano maduro/manzana 477,8Kcal - Prot:29,0g - Lip:9,9g - HC:66,7g AGS:3,1g - Azúcares:7,7g - Sal:3,3g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-29</b> Crema de calabaza Muslo de pollo al horno Lácteo 483,5Kcal - Prot:21,3g - Lip:8,9g - HC:75,3g AGS:1,5g - Azúcares:17,7g - Sal:2,7g</p>	<p><b>JUEVES-30</b> Patatas estofadas con zanahoria Tortilla francesa Plátano maduro/manzana 648,6Kcal - Prot:47,4g - Lip:23,4g - HC:59,8g AGS:6,0g - Azúcares:16,8g - Sal:4,1g</p>	<p><b>VIERNES-31</b> Pasta en blanco Abadejo en su jugo Lácteo 561,7Kcal - Prot:21,5g - Lip:8,2g - HC:98,4g AGS:1,4g - Azúcares:14,6g - Sal:3,7g</p>

		<p><b>MIÉRCOLES -01</b> Ensalada Arroz blanco con tomate Abadejo al ajo y perejil Lácteo 664,4Kcal - Prot:24,0g - Lip:17,5g - HC:93,0g AGS:2,5g - Azúcares:20,4g - Sal:5,7g</p>	<p><b>JUEVES -02</b> Ensalada Sopa de ave con fideos Filete de magro al horno (sin ajo) con menestra de verduras y patatas Fruta 678,1Kcal - Prot:41,4g - Lip:21,7g - HC:77,6g AGS:6,8g - Azúcares:27,0g - Sal:5,7g</p>	<p><b>VIERNES -03</b> Ensalada Parrillada de verduras Lenguadina en su jugo Lácteo 662,7Kcal - Prot:27,4g - Lip:17,9g - HC:94,4g AGS:4,4g - Azúcares:21,9g - Sal:4,9g</p>
<p><b>LUNES-06</b> Ensalada Lentejas estofadas con puerros Tortilla francesa Fruta 598,3Kcal - Prot:39,2g - Lip:18,7g - HC:64,8g AGS:4,6g - Azúcares:17,0g - Sal:3,0g</p>	<p><b>MARTES -07</b> Ensalada Menestra de verduras Abadejo en su jugo Fruta 754,3Kcal - Prot:27,4g - Lip:38,1g - HC:73,1g AGS:4,5g - Azúcares:18,4g - Sal:3,8g</p>	<p><b>MIÉRCOLES -08</b> Ensalada Sopa Juliana Escalope de pollo asado Lácteo 631,5Kcal - Prot:29,0g - Lip:12,3g - HC:98,0g AGS:2,0g - Azúcares:19,7g - Sal:5,9g</p>	<p><b>JUEVES -09</b> Ensalada Judías verdes salteadas Cinta de lomo al horno Fruta 683,7Kcal - Prot:28,1g - Lip:19,7g - HC:93,3g AGS:2,7g - Azúcares:19,1g - Sal:5,9g</p>	<p><b>VIERNES -10</b> Ensalada Crema de zanahoria Caballa en su jugo con zanahoria parisina Lácteo 702,8Kcal - Prot:18,9g - Lip:13,5g - HC:130,1g AGS:1,6g - Azúcares:19,7g - Sal:4,8g</p>
<p><b>LUNES-13</b> Ensalada Fideuá de verduras Pizza Fruta 433,8Kcal - Prot:20,9g - Lip:7,1g - HC:68,7g AGS:1,3g - Azúcares:17,3g - Sal:4,0g</p>	<p><b>MARTES-14</b> <b>MENÚ ESPECIAL FALLAS</b> Arroz caldoso Rollito de pavo y queso con patatas Postre especial 602,5Kcal - Prot:30,9g - Lip:16,1g - HC:80,6g AGS:4,7g - Azúcares:29,5g - Sal:3,7g</p> 	<p><b>MIÉRCOLES -15</b>  FESTIVO</p>	<p><b>JUEVES -16</b>  FESTIVO</p>	<p><b>VIERNES -17</b>  FESTIVO</p>
<p><b>LUNES-20</b> Ensalada Lentejas vegetarianas Contramuslo de pollo al horno con arroz pilaf Fruta 737,6Kcal - Prot:38,5g - Lip:22,1g - HC:91,2g AGS:0,7g - Azúcares:19,7g - Sal:3,1g</p>	<p><b>MARTES -21</b> Ensalada Pasta con tomate Abadejo al horno con ajito Fruta 789,0Kcal - Prot:47,5g - Lip:24,8g - HC:92,1g AGS:5,9g - Azúcares:18,0g - Sal:7,1g</p>	<p><b>MIÉRCOLES -22</b> Ensalada Sopa de ave Tortilla francesa Lácteo 615,4Kcal - Prot:20,0g - Lip:28,3g - HC:75,9g AGS:11,8g - Azúcares:23,4g - Sal:4,9g</p>	<p><b>JUEVES -23</b> Ensalada Crema de verduras Longanizas de pollo con patatas Fruta 623,8Kcal - Prot:24,8g - Lip:14,4g - HC:90,6g AGS:2,3g - Azúcares:18,9g - Sal:3,1g</p>	<p><b>VIERNES -24</b> Ensalada Arroz con tomate Filete de merluza al horno Lácteo 494,7Kcal - Prot:22,7g - Lip:6,1g - HC:82,6g AGS:1,3g - Azúcares:21,5g - Sal:2,3g</p>
<p><b>LUNES-27</b> Ensalada Lentejas estofadas Pechuga de pollo al horno con patatas Fruta 631,8Kcal - Prot:28,6g - Lip:18,5g - HC:83,1g AGS:4,6g - Azúcares:21,0g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MARTES -28</b> Ensalada Sopa de ave Filete de merluza en salsa verde con guisantes Fruta 675,8Kcal - Prot:35,0g - Lip:12,4g - HC:104,2g AGS:3,9g - Azúcares:26,7g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MIÉRCOLES -29</b> Ensalada Crema de calabaza Muslo de pollo asado a las finas hierbas Lácteo 666,2Kcal - Prot:29,5g - Lip:21,8g - HC:85,0g AGS:5,1g - Azúcares:20,6g - Sal:4,2g</p>	<p><b>JUEVES -30</b> Ensalada Guiso de garbanzos con verduras Tortilla francesa Fruta 743,3Kcal - Prot:49,5g - Lip:26,3g - HC:74,1g AGS:6,4g - Azúcares:21,4g - Sal:11,5g</p>	<p><b>VIERNES -31</b> Ensalada Macarrones con tomate Filete de abadejo con picada Lácteo 680,4Kcal - Prot:26,6g - Lip:11,9g - HC:115,3g AGS:1,9g - Azúcares:23,4g - Sal:6,5g</p>

# VEGETARIANO - VEGETARIAN

# MARZO-MARCH 2023

		<p><b>MIÉRCOLES/ WEDNESDAY -01</b></p> <p>Ensalada - Salad Arroz con tomate Rice with tomato sauce Verduras asadas Vegetables Lácteo-Dessert 665,1Kcal - Prot:23,9g - Lip:17,5g - HC:93,2g AGS:2,5g - Azúcares:20,8g - Sal:5,4g</p>	<p><b>JUEVES/ THURSDAY / THURSDAY -02</b></p> <p>Ensalada - Salad Sopa de verduras Hamburguesa de verduras y queso Fruta-Fruit 708,7Kcal - Prot:22,6g - Lip:22,0g - HC:99,3g AGS:4,8g - Azúcares:29,4g - Sal:3,0g</p>	<p><b>VIERNES/ FRIDAY -03</b></p> <p>Ensalada - Salad Alubias con verduras Beans with vegetables Parrillada de verduras Vegetables Lácteo-Dessert 651,2Kcal - Prot:24,8g - Lip:17,9g - HC:94,7g AGS:4,4g - Azúcares:22,7g - Sal:4,5g</p>
<p><b>LUNES/ MONDAY -06</b></p> <p>Ensalada - Salad Lentejas estofadas con puerros Lentils with vegetables Tortilla de calabacín Omelette with zucchini Fruta-Fruit 543,6Kcal - Prot:16,9g - Lip:15,6g - HC:73,7g AGS:2,0g - Azúcares:22,6g - Sal:0,9g</p>	<p><b>MARTES/ TUESDAY -07</b></p> <p>Ensalada - Salad Espirales napolitana con queso Pasta with tomato sauce and cheese Menestra de verduras Vegetables Fruta-Fruit 471,7Kcal - Prot:11,4g - Lip:8,4g - HC:82,3g AGS:1,4g - Azúcares:24,0g - Sal:4,6g</p>	<p><b>MIÉRCOLES/ WEDNESDAY -08</b></p> <p>Ensalada - Salad Sopa Juliana Vegetables soup Verduras asadas Vegetables Lácteo-Dessert 609,4Kcal - Prot:18,2g - Lip:9,3g - HC:107,2g AGS:1,6g - Azúcares:24,8g - Sal:4,5g</p>	<p><b>JUEVES/ THURSDAY -09</b></p> <p>Ensalada - Salad Arroz con verduras Rice with vegetables Tortilla francesa Omlette Fruta-Fruit 557,0Kcal - Prot:30,6g - Lip:12,1g - HC:80,1g AGS:2,5g - Azúcares:18,8g - Sal:3,6g</p>	<p><b>VIERNES/ FRIDAY -10</b></p> <p>Ensalada - Salad Crema de zanahoria Carrot soup Hamburguesa de verduras y queso Veggie burger and cheese Lácteo-Dessert 757,0Kcal - Prot:17,3g - Lip:10,0g - HC:144,2g AGS:1,7g - Azúcares:25,7g - Sal:7,2g</p>
<p><b>LUNES/ MONDAY -13</b></p> <p>Ensalada - Salad Fideuá de verduras Pasta with vegetables Pizza Pizza Fruta-Fruit 664,9Kcal - Prot:13,7g - Lip:13,0g - HC:120,1g AGS:1,7g - Azúcares:24,1g - Sal:8,4g</p>	<p><b>MARTES/ TUESDAY -14</b> <b>MENÚ ESPECIAL FALLAS</b></p>  <p>Arroz caldoso Rice with vegetables Rollito de queso con patatas Cheese with chips Postre especial Special dessert 743,6Kcal - Prot:21,9g - Lip:12,1g - HC:132,7g AGS:3,1g - Azúcares:31,1g - Sal:6,7g</p>	<p><b>MIÉRCOLES/ WEDNESDAY -15</b></p> <p>FESTIVO</p>	<p><b>JUEVES/ THURSDAY -16</b></p> <p>FESTIVO</p>	<p><b>VIERNES/ FRIDAY -17</b></p> <p>FESTIVO</p>
<p><b>LUNES/ MONDAY -20</b></p> <p>Ensalada - Salad Lentejas vegetarianas Lentils with vegetables Tortilla francesa Omelette Fruta-Fruit 484,1Kcal - Prot:12,0g - Lip:6,4g - HC:89,6g AGS:1,1g - Azúcares:22,7g - Sal:5,4g</p>	<p><b>MARTES/ TUESDAY -21</b></p> <p>Ensalada - Salad Pasta lazos con salsa de tomate Pasta with tomato sauce Hamburguesa vegetal Veggie burger Fruta-Fruit 653,5Kcal - Prot:18,6g - Lip:13,9g - HC:109,7g AGS:4,5g - Azúcares:24,8g - Sal:6,4g</p>	<p><b>MIÉRCOLES/ WEDNESDAY -22</b></p> <p>Ensalada - Salad Sopa de verduras Vegetables soup Tortilla de calabacín Omelette with zucchini Lácteo-Dessert 634,1Kcal - Prot:19,5g - Lip:18,6g - HC:90,9g AGS:2,5g - Azúcares:27,6g - Sal:8,6g</p>	<p><b>JUEVES/ THURSDAY -23</b></p> <p>Ensalada - Salad Crema de verduras Vegetables soup Parrillada de verduras Vegetables Fruta-Fruit 623,8Kcal - Prot:24,8g - Lip:14,4g - HC:90,6g AGS:2,3g - Azúcares:18,9g - Sal:3,1g</p>	<p><b>VIERNES/ FRIDAY -24</b></p> <p>Ensalada - Salad Arroz con tomate Rice with tomato sauce Judías verdes salteadas Green beans Lácteo-Dessert 758,4Kcal - Prot:21,5g - Lip:10,2g - HC:139,9g AGS:2,0g - Azúcares:25,7g - Sal:4,7g</p>
<p><b>LUNES/ MONDAY -27</b></p> <p>Ensalada - Salad Lentejas estofadas Lentils with vegetables Parrillada de verduras Vegetables Fruta-Fruit 461,3Kcal - Prot:11,1g - Lip:11,0g - HC:73,3g AGS:1,8g - Azúcares:25,5g - Sal:5,4g</p>	<p><b>MARTES/ TUESDAY -28</b></p> <p>Ensalada - Salad Sopa de verduras Vegetables soup Tortilla francesa Omelette Fruta-Fruit 692,7Kcal - Prot:18,6g - Lip:9,5g - HC:127,5g AGS:1,6g - Azúcares:25,4g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MIÉRCOLES/ WEDNESDAY -29</b></p> <p>Ensalada - Salad Crema de calabaza Pumpkin soup Hamburguesa vegetal Veggie burger Lácteo-Dessert 589,0Kcal - Prot:24,9g - Lip:10,4g - HC:92,3g AGS:1,1g - Azúcares:26,0g - Sal:4,2g</p>	<p><b>JUEVES/ THURSDAY -30</b></p> <p>Ensalada - Salad Guisado de garbanzos con verduras Chickpeas with vegetables Tortilla francesa Omelette Fruta-Fruit 516,5Kcal - Prot:16,6g - Lip:10,1g - HC:84,3g AGS:1,7g - Azúcares:28,2g - Sal:8,9g</p>	<p><b>VIERNES/ FRIDAY -31</b></p> <p>Ensalada - Salad Macarrones con tomate Pasta with tomato sauce Judías verdes salteadas Green beans Lácteo-Dessert 715,2Kcal - Prot:22,7g - Lip:19,5g - HC:110,2g AGS:4,7g - Azúcares:21,3g - Sal:5,4g</p>

		<p><b>MIÉRCOLES-01</b> Ensalada Arroz con tomate Abadejo al ajo y perejil Lácteo 664,4Kcal - Prot:24,0g - Lip:17,5g - HC:93,0g AGS:2,5g - Azúcares:20,4g - Sal:5,7g</p>	<p><b>JUEVES-02</b> Ensalada Sopa de verduras Hamburguesa vegetal de verduras con menestra de verduras y patatas Fruta 708,7Kcal - Prot:22,6g - Lip:22,0g - HC:99,3g AGS:4,8g - Azúcares:29,4g - Sal:5,7g</p>	<p><b>VIERNES-03</b> Ensalada Alubias con verduras Skipper de bacalao Lácteo 662,7Kcal - Prot:27,4g - Lip:17,9g - HC:94,4g AGS:4,4g - Azúcares:21,9g - Sal:4,9g</p>
<p><b>LUNES-06</b> Ensalada Lentejas estofadas con puerros Tortilla de calabacín Fruta 543,6Kcal - Prot:16,9g - Lip:15,6g - HC:73,7g AGS:2,0g - Azúcares:22,6g - Sal:0,9g</p>	<p><b>MARTES-07</b> Ensalada Espirales napolitana con queso Hamburguesa de verduras con queso Fruta 572,4Kcal - Prot:17,2g - Lip:20,8g - HC:75,4g AGS:5,8g - Azúcares:20,4g - Sal:5,3g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-08</b> Ensalada Sopa Juliana Filete de merluza al horno Lácteo 624,9Kcal - Prot:28,8g - Lip:12,1g - HC:97,0g AGS:2,0g - Azúcares:19,5g - Sal:5,9g</p>	<p><b>JUEVES-09</b> Ensalada Arroz con verduras Tortilla francesa Fruta 683,7Kcal - Prot:28,1g - Lip:19,7g - HC:93,3g AGS:2,7g - Azúcares:19,1g - Sal:3,1g</p>	<p><b>VIERNES-10</b> Ensalada Crema de parmentier Caballa en escabeche Lácteo 702,8Kcal - Prot:18,9g - Lip:13,5g - HC:130,1g AGS:1,6g - Azúcares:19,7g - Sal:4,8g</p>
<p><b>LUNES-13</b> Ensalada Fideuá de marisco Pizza margarita Fruta 433,8Kcal - Prot:20,9g - Lip:7,1g - HC:68,7g AGS:1,3g - Azúcares:17,3g - Sal:4,0g</p>	<p><b>MARTES-14</b> Ensalada Arroz de verduras Abadejo al horno con patatas Helado 608,4Kcal - Prot:28,5g - Lip:15,2g - HC:83,7g AGS:2,8g - Azúcares:22,7g - Sal:2,8g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-15</b>  FESTIVO</p>	<p><b>JUEVES-16</b>  FESTIVO</p>	<p><b>VIERNES-17</b>  FESTIVO</p>
<p><b>LUNES-20</b> Ensalada Lentejas vegetarianas Tortilla de calabacín Fruta 469,5Kcal - Prot:21,9g - Lip:7,1g - HC:75,2g AGS:1,2g - Azúcares:19,7g - Sal:4,3g</p>	<p><b>MARTES-21</b> Ensalada Pasta lazos con salsa de tomate Abadejo al horno con ajitos Fruta 751,2Kcal - Prot:20,1g - Lip:22,2g - HC:114,8g AGS:5,9g - Azúcares:20,5g - Sal:8,3g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-22</b> Ensalada Sopa de verduras Tortilla de calabacín Lácteo 634,1Kcal - Prot:19,5g - Lip:18,6g - HC:90,9g AGS:2,5g - Azúcares:27,6g - Sal:8,6g</p>	<p><b>JUEVES-23</b> Ensalada Crema de verduras Hamburguesa de verduras y queso con patatas Fruta 623,8Kcal - Prot:24,8g - Lip:14,4g - HC:90,6g AGS:2,3g - Azúcares:18,9g - Sal:3,1g</p>	<p><b>VIERNES-24</b> Ensalada Arroz con tomate Calamares a la romana Lácteo 494,7Kcal - Prot:22,7g - Lip:6,1g - HC:82,6g AGS:1,3g - Azúcares:21,5g - Sal:2,3g</p>
<p><b>LUNES-27</b> Ensalada Lentejas estofadas Tortilla de patata Fruta 447,4Kcal - Prot:23,8g - Lip:10,9g - HC:58,8g AGS:1,8g - Azúcares:19,6g - Sal:5,7g</p>	<p><b>MARTES-28</b> Ensalada Sopa de verduras Filete de merluza en salsa verde con guisantes Fruta 675,8Kcal - Prot:35,0g - Lip:12,4g - HC:104,2g AGS:3,9g - Azúcares:26,7g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-29</b> Ensalada Crema de calabaza Hamburguesa vegetal de verduras Lácteo 666,2Kcal - Prot:29,5g - Lip:21,8g - HC:85,0g AGS:5,1g - Azúcares:20,6g - Sal:4,2g</p>	<p><b>JUEVES-30</b> Ensalada Guisado de garbanzos con verduras Tortilla francesa Fruta 623,1Kcal - Prot:18,0g - Lip:18,6g - HC:90,5g AGS:3,2g - Azúcares:22,8g - Sal:12,4g</p>	<p><b>VIERNES-31</b> Ensalada Macarrones con carbonara vegetal Delicias de pescado Lácteo 680,4Kcal - Prot:26,6g - Lip:11,9g - HC:115,3g AGS:1,9g - Azúcares:23,4g - Sal:6,5g</p>

		<p><b>MIÉRCOLES/ WEDNESDAY -01</b>                  Ensalada - Salad                  Arroz con tomate                  Rice with tomato sauce                  Abadejo al ajo y perejil                  Baked haddock with green sauce                  Lácteo-Dessert                  664,4Kcal - Prot:24,0g - Lip:17,5g - HC:93,0g                  AGS:2,5g - Azúcares:20,4g - Sal:5,7g</p>	<p><b>JUEVES/ THURSDAY -02</b>                  Ensalada - Salad                  Sopa de verduras                  Vegetables soup                  Hamburguesa vegetal de verduras con menestra de verduras y patatas                  Veggie burger with vegetables                  Fruta-Fruit                  678,1Kcal - Prot:41,4g - Lip:21,7g - HC:77,6g                  AGS:6,8g - Azúcares:27,0g - Sal:3,7g</p>	<p><b>VIERNES/ FRIDAY -03</b>                  Ensalada - Salad                  Alubias con verduras                  Beans with vegetables                  Skipper de bacalao                  Breaded cod                  Lácteo-Dessert                  662,7Kcal - Prot:27,4g - Lip:17,9g - HC:94,4g                  AGS:4,4g - Azúcares:21,9g - Sal:4,9g</p>
<p><b>LUNES/ MONDAY -06</b>                  Ensalada - Salad                  Lentejas estofadas con puerros                  Lentils with vegetables                  Tortilla de calabacín                  Omelette with zucchini                  Fruta-Fruit                  598,3Kcal - Prot:39,2g - Lip:18,7g - HC:64,8g                  AGS:4,6g - Azúcares:17,0g - Sal:3,0g</p>	<p><b>MARTES/ TUESDAY -07</b>                  Ensalada - Salad                  Espirales napolitana con queso                  Pasta with tomato sauce and cheese                  Cordon bleu de pavo                  Turkey cordon bleu                  Fruta-Fruit                  754,3Kcal - Prot:27,4g - Lip:38,1g - HC:73,1g                  AGS:4,5g - Azúcares:18,4g - Sal:3,8g</p>	<p><b>MIÉRCOLES/ WEDNESDAY -08</b>                  Ensalada - Salad                  Sopa Juliana                  Vegetables soup                  Escalope de pollo en pepitoria                  Chicken in sauce                  Lácteo-Dessert                  631,5Kcal - Prot:29,0g - Lip:12,3g - HC:98,0g                  AGS:2,0g - Azúcares:19,7g - Sal:5,9g</p>	<p><b>JUEVES/ THURSDAY -09</b>                  Ensalada - Salad                  Arroz con verduras                  Rice with vegetables                  Tortilla francesa                  Omlette                  Fruta-Fruit                  683,7Kcal - Prot:28,1g - Lip:19,7g - HC:93,3g                  AGS:2,7g - Azúcares:19,1g - Sal:5,9g</p>	<p><b>VIERNES/ FRIDAY -10</b>                  Ensalada - Salad                  Crema parmentier                  Vegetables soup                  Caballa en escabeche                  Mackerel with vegetables                  Lácteo-Dessert                  702,8Kcal - Prot:18,9g - Lip:13,5g - HC:130,1g                  AGS:1,6g - Azúcares:19,7g - Sal:4,8g</p>
<p><b>LUNES/ MONDAY -13</b>                  Ensalada - Salad                  Fideuá de marisco                  Pasta with seafood                  Pizza margarita                  Pizza with cheese                  Fruta-Fruit                  433,8Kcal - Prot:20,9g - Lip:7,1g - HC:68,7g                  AGS:1,3g - Azúcares:17,3g - Sal:4,0g</p>	<p><b>MARTES/ TUESDAY -14</b>  <b>MENÚ ESPECIAL FALLAS</b>                  Arroz caldoso                  Rice with vegetables                  Rollito de pavo y queso con patatas                  Turkey and cheese and chips                  Postre especial Special dessert                  639,0Kcal - Prot:30,9g - Lip:15,1g - HC:85,6g                  AGS:3,4g - Azúcares:22,8g - Sal:5,7g</p> 	<p><b>MIÉRCOLES/ WEDNESDAY -15</b>                  FESTIVO</p>	<p><b>JUEVES/ THURSDAY -16</b>                  FESTIVO</p>	<p><b>VIERNES/ FRIDAY -17</b>                  FESTIVO</p>
<p><b>LUNES/ MONDAY -20</b>                  Ensalada - Salad                  Lentejas vegetarianas                  Lentils with vegetables                  Estofado de pollo al curry con patatas                  Chicken with potatoes                  Fruta-Fruit                  737,6Kcal - Prot:38,5g - Lip:22,1g - HC:91,2g                  AGS:0,7g - Azúcares:19,7g - Sal:3,1g</p>	<p><b>MARTES/ TUESDAY -21</b>                  Ensalada - Salad                  Pasta lazos con salsa de tomate                  Pasta with tomato sauce                  Abadejo al horno con ajitos                  Baked haddock                  Fruta-Fruit                  789,0Kcal - Prot:47,5g - Lip:24,8g - HC:92,1g                  AGS:5,9g - Azúcares:18,0g - Sal:7,1g</p>	<p><b>MIÉRCOLES/ WEDNESDAY -22</b>                  Ensalada - Salad                  Sopa de ave                  Pasta soup                  Tortilla de calabacín                  Omelette with zucchini                  Lácteo-Dessert                  615,4Kcal - Prot:20,0g - Lip:28,3g - HC:75,9g                  AGS:11,8g - Azúcares:23,4g - Sal:4,9g</p>	<p><b>JUEVES/ THURSDAY -23</b>                  Ensalada - Salad                  Crema de verduras                  Vegetables soup                  Longanizas de pollo con patatas                  Sausages with potatoes                  Fruta-Fruit                  623,8Kcal - Prot:24,8g - Lip:14,4g - HC:90,6g                  AGS:2,3g - Azúcares:18,9g - Sal:3,1g</p>	<p><b>VIERNES/ FRIDAY -24</b>                  Ensalada - Salad                  Arroz con tomate                  Rice with tomato sauce                  Calamares a la romana                  fried squid with cheese                  Lácteo-Dessert                  494,7Kcal - Prot:22,7g - Lip:6,1g - HC:82,6g                  AGS:1,3g - Azúcares:21,5g - Sal:2,3g</p>
<p><b>LUNES/ MONDAY -27</b>                  Ensalada - Salad                  Lentejas estofadas                  Lentils with vegetables                  Tortilla de patata                  Spanish omelette                  Fruta-Fruit                  631,8Kcal - Prot:28,6g - Lip:18,5g - HC:83,1g                  AGS:4,6g - Azúcares:21,0g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MARTES/ TUESDAY -28</b>                  Ensalada - Salad                  Sopa cubierta                  Vegetables soup                  Filete de merluza en salsa verde con guisantes                  Baked hake in sauce with green beans                  Fruta-Fruit                  675,8Kcal - Prot:35,0g - Lip:12,4g - HC:104,2g                  AGS:3,9g - Azúcares:26,7g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MIÉRCOLES/ WEDNESDAY -29</b>                  Ensalada - Salad                  Crema de calabaza                  Pumpkin soup                  Muslo de pollo asado a las finas hierbas                  Baked chicken                  Lácteo-Dessert                  666,2Kcal - Prot:29,5g - Lip:21,8g - HC:85,0g                  AGS:5,1g - Azúcares:20,6g - Sal:4,2g</p>	<p><b>JUEVES/ THURSDAY -30</b>                  Ensalada - Salad                  Guisado de garbanzos con verduras                  Chickpeas with vegetables                  Tortilla francesa                  Omelette                  Fruta-Fruit                  743,3Kcal - Prot:49,5g - Lip:26,3g - HC:74,1g                  AGS:6,4g - Azúcares:21,4g - Sal:11,5g</p>	<p><b>VIERNES/ FRIDAY / FRIDAY -31</b>                  Ensalada - Salad                  Macarrones con carbonara vegetal                  vegetable carbonara pasta                  Delicias de pescado                  Breaded hake                  Lácteo-Dessert                  680,4Kcal - Prot:26,6g - Lip:11,9g - HC:115,3g                  AGS:1,9g - Azúcares:23,4g - Sal:6,5g</p>

		<p><b>MIÉRCOLES-01</b> Ensalada Arroz con tomate Abadejo al ajo y perejil Lácteo 665,1Kcal - Prot:23,9g - Lip:17,5g - HC:93,2g AGS:2,5g - Azúcares:20,8g - Sal:5,4g</p>	<p><b>JUEVES-02</b> Ensalada Sopa de ave con fideos Guisado de magro de cerdo con menestra de verduras y patatas Fruta 678,1Kcal - Prot:41,4g - Lip:21,7g - HC:77,6g AGS:6,8g - Azúcares:27,0g - Sal:3,7g</p>	<p><b>VIERNES-03</b> Ensalada Alubias con verduras Lenguadina en su jugo Lácteo 662,7Kcal - Prot:27,4g - Lip:17,9g - HC:94,4g AGS:4,4g - Azúcares:21,9g - Sal:4,9g</p>
<p><b>LUNES-06</b> Ensalada Lentejas estofadas con puerros Tortilla de calabacín Fruta 598,3Kcal - Prot:39,2g - Lip:18,7g - HC:64,8g AGS:4,6g - Azúcares:17,0g - Sal:3,0g</p>	<p><b>MARTES-07</b> Ensalada Espirales napolitana con queso Abadejo en su jugo Fruta 754,3Kcal - Prot:27,4g - Lip:38,1g - HC:73,1g AGS:4,5g - Azúcares:18,4g - Sal:3,8g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-08</b> Ensalada Sopa Juliana Escalope de pollo en pepitoria Lácteo 624,9Kcal - Prot:28,8g - Lip:12,1g - HC:97,0g AGS:2,0g - Azúcares:19,5g - Sal:5,9g</p>	<p><b>JUEVES-09</b> Ensalada Arroz rosechat Lomo de cerdo a la riojana Fruta 683,7Kcal - Prot:28,1g - Lip:19,7g - HC:93,3g AGS:2,7g - Azúcares:19,1g - Sal:5,9g</p>	<p><b>VIERNES-10</b> Ensalada Crema parmentier Caballa en salsa Lácteo 702,8Kcal - Prot:18,9g - Lip:13,5g - HC:130,1g AGS:1,6g - Azúcares:19,7g - Sal:4,8g</p>
<p><b>LUNES-13</b> Ensalada Fideuá de marisco Pizza Fruta 433,8Kcal - Prot:20,9g - Lip:7,1g - HC:68,7g AGS:1,3g - Azúcares:17,3g - Sal:4,0g</p>	<p><b>MARTES-14</b> <b>MENÚ ESPECIAL FALLAS</b> Arroz caldoso Rollito de pavo y queso con patatas Postre especial 602,5Kcal - Prot:30,9g - Lip:16,1g - HC:80,6g AGS:4,7g - Azúcares:29,5g - Sal:8,1g</p> 	<p><b>MIÉRCOLES-15</b>  FESTIVO</p>	<p><b>JUEVES-16</b>  FESTIVO</p>	<p><b>VIERNES-17</b>  FESTIVO</p>
<p><b>LUNES-20</b> Ensalada Lentejas vegetarianas Estofado de pollo al curry con patatas Fruta 659,6Kcal - Prot:13,4g - Lip:21,1g - HC:97,9g AGS:3,5g - Azúcares:27,8g - Sal:4,2g</p>	<p><b>MARTES-21</b> Ensalada Pasta lazos con salsa carbonara Abadejo al horno con ajitos Fruta 785,0Kcal - Prot:44,4g - Lip:23,4g - HC:98,4g AGS:8,3g - Azúcares:19,0g - Sal:8,9g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-22</b> Ensalada Sopa de ave Tortilla de calabacín Lácteo 615,4Kcal - Prot:20,0g - Lip:28,3g - HC:75,9g AGS:11,8g - Azúcares:23,4g - Sal:4,9g</p>	<p><b>JUEVES-23</b> Ensalada Crema de verduras Longanizas con patatas Fruta 623,8Kcal - Prot:24,8g - Lip:14,4g - HC:90,6g AGS:2,3g - Azúcares:18,9g - Sal:3,1g</p>	<p><b>VIERNES-24</b> Ensalada Arroz con tomate Calamares a la romana Lácteo 583,5Kcal - Prot:26,7g - Lip:11,9g - HC:86,4g AGS:2,3g - Azúcares:23,6g - Sal:2,4g</p>
<p><b>LUNES-27</b> Ensalada Lentejas caseras Albondigas a la jardinera con patatas Fruta 631,8Kcal - Prot:28,6g - Lip:18,5g - HC:83,1g AGS:4,6g - Azúcares:21,0g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MARTES-28</b> Ensalada Sopa de ave Filete de merluza en salsa verde con guisantes Fruta 675,8Kcal - Prot:35,0g - Lip:12,4g - HC:104,2g AGS:3,9g - Azúcares:26,7g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-29</b> Ensalada Crema de calabaza Muslo de pollo asado a las finas hierbas Lácteo 644,9Kcal - Prot:31,7g - Lip:18,0g - HC:87,1g AGS:2,9g - Azúcares:21,8g - Sal:4,4g</p>	<p><b>JUEVES-30</b> Ensalada Guisado de garbanzos con verduras Tortilla francesa Fruta 743,3Kcal - Prot:49,5g - Lip:26,3g - HC:74,1g AGS:6,4g - Azúcares:21,4g - Sal:11,5g</p>	<p><b>VIERNES-31</b> Ensalada Macarrones con tomate Filete de abadejo con picada Lácteo 680,4Kcal - Prot:26,6g - Lip:11,9g - HC:115,3g AGS:1,9g - Azúcares:23,4g - Sal:6,5g</p>

		<p><b>MIÉRCOLES-01</b> Ensalada Arroz con tomate Abadejo al ajo y perejil Lácteo 665,1Kcal - Prot:23,9g - Lip:17,5g - HC:93,2g AGS:2,5g - Azúcares:20,8g - Sal:5,4g</p>	<p><b>JUEVES-02</b> Ensalada Sopa de ave con pasta (SG ni huevo) Guisado de magro de cerdo con menestra de verduras y patatas Fruta 673,7Kcal - Prot:40,8g - Lip:21,9g - HC:77,2g AGS:6,9g - Azúcares:26,6g - Sal:3,7g</p>	<p><b>VIERNES-03</b> Ensalada Alubias con verduras Lenguadina en su jugo Lácteo 577,8Kcal - Prot:22,7g - Lip:16,2g - HC:82,0g AGS:4,4g - Azúcares:19,4g - Sal:2,5g</p>
<p><b>LUNES-06</b> Ensalada Patatas estofadas con zanahoria Tortilla de calabacín Fruta 598,3Kcal - Prot:39,2g - Lip:18,7g - HC:64,8g AGS:4,6g - Azúcares:17,0g - Sal:3,0g</p>	<p><b>MARTES-07</b> Ensalada Pasta SG con tomate Abadejo en su jugo Fruta 702,8Kcal - Prot:18,9g - Lip:13,5g - HC:130,1g AGS:1,6g - Azúcares:19,7g - Sal:4,8g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-08</b> Ensalada Sopa Juliana SG Escalope de pollo en pepitoria Lácteo 521,5Kcal - Prot:24,8g - Lip:11,1g - HC:78,0g AGS:2,1g - Azúcares:17,2g - Sal:2,8g</p>	<p><b>JUEVES-09</b> Ensalada Arroz con verduras Lomo de cerdo a la riojana Fruta 683,7Kcal - Prot:28,1g - Lip:19,7g - HC:93,3g AGS:2,7g - Azúcares:19,1g - Sal:3,1g</p>	<p><b>VIERNES-10</b> Ensalada Crema parmentier Caballa en salsa Lácteo 603,8Kcal - Prot:21,6g - Lip:32,9g - HC:52,6g AGS:1,3g - Azúcares:17,9g - Sal:4,8g</p>
<p><b>LUNES-13</b> Ensalada Pasta con tomate (SG ni huevo) Pizza Fruta 430,7Kcal - Prot:20,7g - Lip:6,9g - HC:68,6g AGS:1,3g - Azúcares:17,2g - Sal:3,6g</p>	<p><b>MARTES-14</b> <b>MENÚ ESPECIAL FALLAS</b> Arroz caldoso Rollito de pavo y queso con patatas SG Postre especial 597,4Kcal - Prot:30,4g - Lip:16,0g - HC:80,2g AGS:4,7g - Azúcares:29,1g - Sal:8,1g</p> 	<p><b>MIÉRCOLES-15</b>  FESTIVO</p>	<p><b>JUEVES-16</b>  FESTIVO</p>	<p><b>VIERNES-17</b>  FESTIVO</p>
<p><b>LUNES-20</b> Ensalada Crema de calabacín Escalope de pollo al curry con patatas Fruta 659,6Kcal - Prot:13,4g - Lip:21,1g - HC:97,9g AGS:3,5g - Azúcares:27,8g - Sal:4,2g</p>	<p><b>MARTES-21</b> Ensalada Pasta con tomate (SG ni huevo) Abadejo al horno con ajitos Fruta 785,0Kcal - Prot:44,4g - Lip:23,4g - HC:98,4g AGS:8,3g - Azúcares:19,0g - Sal:8,9g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-22</b> Ensalada Sopa de ave SG Tortilla de calabacín Lácteo 715,3Kcal - Prot:27,8g - Lip:36,5g - HC:66,6g AGS:1,9g - Azúcares:20,6g - Sal:4,3g</p>	<p><b>JUEVES-23</b> Ensalada Crema de verduras Longanizas de cerdo con patatas Fruta 623,8Kcal - Prot:24,8g - Lip:14,4g - HC:90,6g AGS:2,3g - Azúcares:18,9g - Sal:3,1g</p>	<p><b>VIERNES-24</b> Ensalada Arroz con tomate Filete de merluza al horno Lácteo 666,2Kcal - Prot:29,5g - Lip:21,8g - HC:85,0g AGS:5,1g - Azúcares:20,6g - Sal:4,2g</p>
<p><b>LUNES-27</b> Ensalada Patata cocida Pechuga de pollo al horno Fruta 631,8Kcal - Prot:28,6g - Lip:18,5g - HC:83,1g AGS:4,6g - Azúcares:21,0g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MARTES-28</b> Ensalada Sopa de ave SG Merluza en salsa verde con guisantes Fruta 572,4Kcal - Prot:31,0g - Lip:11,4g - HC:85,2g AGS:4,0g - Azúcares:24,3g - Sal:3,5g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-29</b> Ensalada Crema de calabaza Muslo de pollo asado a las finas hierbas Lácteo 666,2Kcal - Prot:29,5g - Lip:21,8g - HC:85,0g AGS:5,1g - Azúcares:20,6g - Sal:4,2g</p>	<p><b>JUEVES-30</b> Ensalada Guisado de garbanzos con verduras Tortilla francesa Fruta 821,0Kcal - Prot:47,3g - Lip:38,7g - HC:67,8g AGS:8,3g - Azúcares:16,8g - Sal:4,7g</p>	<p><b>VIERNES-31</b> Ensalada Pasta con tomate SG Filete de abadejo con picada Lácteo 680,4Kcal - Prot:26,6g - Lip:11,9g - HC:115,3g AGS:1,9g - Azúcares:23,4g - Sal:6,5g</p>

# SIN HUEVO NI FRUTOS SECOS

## MARZO 2023

		<p><b>MIÉRCOLES-01</b> Ensalada Arroz con tomate Abadejo al ajo y perejil Lácteo 642,8Kcal - Prot:33,3g - Lip:19,2g - HC:76,9g AGS:1,9g - Azúcares:19,3g - Sal:3,7g</p>	<p><b>JUEVES-02</b> Ensalada Sopa de ave con pasta (SG ni huevo) Guisado de magro de cerdo con menestra de verduras y patatas Fruta 673,7Kcal - Prot:40,8g - Lip:21,9g - HC:77,2g AGS:6,9g - Azúcares:26,6g - Sal:3,7g</p>	<p><b>VIERNES-03</b> Ensalada Alubias con verduras Lenguadina en su jugo Lácteo 577,8Kcal - Prot:22,7g - Lip:16,2g - HC:82,0g AGS:4,4g - Azúcares:19,4g - Sal:2,5g</p>
<p><b>LUNES-06</b> Ensalada Lentejas estofadas con puerros Cinta de lomo al horno Fruta 598,3Kcal - Prot:39,2g - Lip:18,7g - HC:64,8g AGS:4,6g - Azúcares:17,0g - Sal:3,0g</p>	<p><b>MARTES-07</b> Ensalada Pasta (SG ni huevo) con tomate Abadejo en su jugo Fruta 754,3Kcal - Prot:27,4g - Lip:38,1g - HC:73,1g AGS:4,5g - Azúcares:18,4g - Sal:3,8g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-08</b> Ensalada Sopa Juliana SG Escalope de pollo asado Lácteo 521,5Kcal - Prot:24,8g - Lip:11,1g - HC:78,0g AGS:2,1g - Azúcares:17,2g - Sal:2,8g</p>	<p><b>JUEVES-09</b> Ensalada Arroz con verduras Lomo de cerdo a la riojana Fruta 766,4Kcal - Prot:57,6g - Lip:23,2g - HC:76,1g AGS:5,8g - Azúcares:17,5g - Sal:4,4g</p>	<p><b>VIERNES-10</b> Ensalada Crema parmentier Caballa en salsa Lácteo 792,1Kcal - Prot:20,9g - Lip:15,0g - HC:140,1g AGS:4,4g - Azúcares:22,0g - Sal:6,3g</p>
<p><b>LUNES-13</b> Ensalada Pasta (SG ni huevo) con tomate Pizza Fruta 430,7Kcal - Prot:20,7g - Lip:6,9g - HC:68,6g AGS:1,3g - Azúcares:17,2g - Sal:3,6g</p>	<p><b>MARTES-14</b> <b>MENÚ ESPECIAL FALLAS</b> Arroz caldoso Rollito de pavo y queso con patatas Postre especial 589,9Kcal - Prot:30,3g - Lip:16,0g - HC:78,6g AGS:4,6g - Azúcares:27,7g - Sal:8,0g</p> 	<p><b>MIÉRCOLES-15</b>  FESTIVO</p>	<p><b>JUEVES-16</b>  FESTIVO</p>	<p><b>VIERNES-17</b>  FESTIVO</p>
<p><b>LUNES-20</b> Ensalada Lentejas vegetarianas Estofado de pollo al curry con patatas Fruta 642,2Kcal - Prot:53,5g - Lip:11,8g - HC:76,3g AGS:2,6g - Azúcares:20,4g - Sal:3,9g</p>	<p><b>MARTES-21</b> Ensalada Pasta (SG ni huevo) con tomate Abadejo al horno con ajitos Fruta 785,0Kcal - Prot:44,4g - Lip:23,4g - HC:98,4g AGS:8,3g - Azúcares:19,0g - Sal:8,9g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-22</b> Ensalada Sopa de ave SG Cinta de lomo al horno Lácteo 613,2Kcal - Prot:19,9g - Lip:28,3g - HC:75,4g AGS:11,8g - Azúcares:23,3g - Sal:4,0g</p>	<p><b>JUEVES-23</b> Ensalada Crema de verduras Longanizas de cerdo con patatas Fruta 596,4Kcal - Prot:37,5g - Lip:13,2g - HC:76,0g AGS:3,4g - Azúcares:17,5g - Sal:4,2g</p>	<p><b>VIERNES-24</b> Ensalada Arroz con tomate Filete de merluza al horno Lácteo 548,1Kcal - Prot:23,9g - Lip:12,0g - HC:81,9g AGS:2,3g - Azúcares:19,5g - Sal:2,5g</p>
<p><b>LUNES-27</b> Ensalada Lentejas estofadas Albondigas a la jardinera con patatas Fruta 631,8Kcal - Prot:28,6g - Lip:18,5g - HC:83,1g AGS:4,6g - Azúcares:21,0g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MARTES-28</b> Ensalada Sopa de ave SG Filete de merluza en salsa verde con guisantes Fruta 572,4Kcal - Prot:31,0g - Lip:11,4g - HC:85,2g AGS:4,0g - Azúcares:24,3g - Sal:3,5g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-29</b> Ensalada Crema de calabaza Muslo de pollo asado a las finas hierbas Lácteo 532,8Kcal - Prot:28,9g - Lip:9,7g - HC:75,5g AGS:1,1g - Azúcares:19,7g - Sal:4,6g</p>	<p><b>JUEVES-30</b> Ensalada Guisado de garbanzos con verduras Filete de magro al horno Fruta 821,0Kcal - Prot:47,3g - Lip:38,7g - HC:67,8g AGS:8,3g - Azúcares:16,8g - Sal:4,6g</p>	<p><b>VIERNES-31</b> Ensalada Macarrones con tomate SG Filete de abadejo con picada Lácteo 680,4Kcal - Prot:26,6g - Lip:11,9g - HC:115,3g AGS:1,9g - Azúcares:23,4g - Sal:6,5g</p>



		<p><b>MIÉRCOLES-01</b> Ensalada Arroz con tomate Abadejo al ajo y perejil Lácteo 642,8Kcal - Prot:33,3g - Lip:19,2g - HC:76,9g AGS:1,9g - Azúcares:19,3g - Sal:3,7g</p>	<p><b>JUEVES-02</b> Ensalada Sopa de ave con pasta (SG ni huevo) Guisado de magro de cerdo con menestra de verduras y patatas Fruta 673,7Kcal - Prot:40,8g - Lip:21,9g - HC:77,2g AGS:6,9g - Azúcares:26,6g - Sal:3,7g</p>	<p><b>VIERNES-03</b> Ensalada Alubias con verduras Lenguadina en su jugo Lácteo 577,8Kcal - Prot:22,7g - Lip:16,2g - HC:82,0g AGS:4,4g - Azúcares:19,4g - Sal:2,5g</p>
<p><b>LUNES-06</b> Ensalada Lentejas estofadas con puerros Cinta de lomo al horno Fruta 598,3Kcal - Prot:39,2g - Lip:18,7g - HC:64,8g AGS:4,6g - Azúcares:17,0g - Sal:3,0g</p>	<p><b>MARTES-07</b> Ensalada Pasta (SG ni huevo) con tomate Abadejo en su jugo Fruta 754,3Kcal - Prot:27,4g - Lip:38,1g - HC:73,1g AGS:4,5g - Azúcares:18,4g - Sal:3,8g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-08</b> Ensalada Sopa Juliana SG Contramuslo de pollo al horno Lácteo 521,5Kcal - Prot:24,8g - Lip:11,1g - HC:78,0g AGS:2,1g - Azúcares:17,2g - Sal:2,8g</p>	<p><b>JUEVES-09</b> Ensalada Arroz con verduras Lomo de cerdo a la riojana Fruta 766,4Kcal - Prot:57,6g - Lip:23,2g - HC:76,1g AGS:5,8g - Azúcares:17,5g - Sal:4,4g</p>	<p><b>VIERNES-10</b> Ensalada Crema parmentier Caballa en salsa Lácteo 792,1Kcal - Prot:20,9g - Lip:15,0g - HC:140,1g AGS:4,4g - Azúcares:22,0g - Sal:6,3g</p>
<p><b>LUNES-13</b> Ensalada Pasta (SG ni huevo) con tomate Pizza Fruta 430,7Kcal - Prot:20,7g - Lip:6,9g - HC:68,6g AGS:1,3g - Azúcares:17,2g - Sal:3,6g</p>	<p><b>MARTES-14</b> <b>MENÚ ESPECIAL FALLAS</b> Arroz caldoso Rollito de pavo y queso con patatas Postre especial 589,9Kcal - Prot:30,3g - Lip:16,0g - HC:78,6g AGS:4,6g - Azúcares:27,7g - Sal:8,0g</p> 	<p><b>MIÉRCOLES-15</b> FESTIVO</p>	<p><b>JUEVES-16</b> FESTIVO</p>	<p><b>VIERNES-17</b> FESTIVO</p>
<p><b>LUNES-20</b> Ensalada Lentejas vegetarianas Estofado de pollo al curry con patatas Fruta 642,2Kcal - Prot:53,5g - Lip:11,8g - HC:76,3g AGS:2,6g - Azúcares:20,4g - Sal:3,9g</p>	<p><b>MARTES-21</b> Ensalada Pasta (SG ni huevo) con tomate Abadejo al horno con ajitos Fruta 785,0Kcal - Prot:44,4g - Lip:23,4g - HC:98,4g AGS:8,3g - Azúcares:19,0g - Sal:8,9g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-22</b> Ensalada Sopa de ave SG Cinta de lomo al horno Lácteo 613,2Kcal - Prot:19,9g - Lip:28,3g - HC:75,4g AGS:11,8g - Azúcares:23,3g - Sal:4,0g</p>	<p><b>JUEVES-23</b> Ensalada Crema de verduras Longanizas de cerdo con patatas Fruta 596,4Kcal - Prot:37,5g - Lip:13,2g - HC:76,0g AGS:3,4g - Azúcares:17,5g - Sal:4,2g</p>	<p><b>VIERNES-24</b> Ensalada Arroz con tomate Filete de merluza al horno Lácteo 548,1Kcal - Prot:23,9g - Lip:12,0g - HC:81,9g AGS:2,3g - Azúcares:19,5g - Sal:2,5g</p>
<p><b>LUNES-27</b> Ensalada Lentejas estofadas Albondigas a la jardinera con patatas Fruta 631,8Kcal - Prot:28,6g - Lip:18,5g - HC:83,1g AGS:4,6g - Azúcares:21,0g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MARTES-28</b> Ensalada Sopa de ave SG Filete de merluza en salsa verde con guisantes Fruta 572,4Kcal - Prot:31,0g - Lip:11,4g - HC:85,2g AGS:4,0g - Azúcares:24,3g - Sal:3,5g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-29</b> Ensalada Crema de calabaza Muslo de pollo asado a las finas hierbas Lácteo 532,8Kcal - Prot:28,9g - Lip:9,7g - HC:75,5g AGS:1,1g - Azúcares:19,7g - Sal:4,6g</p>	<p><b>JUEVES-30</b> Ensalada Guisado de garbanzos con verduras Filete de magro al horno Fruta 821,0Kcal - Prot:47,3g - Lip:38,7g - HC:67,8g AGS:8,3g - Azúcares:16,8g - Sal:4,6g</p>	<p><b>VIERNES-31</b> Ensalada Macarrones SG con tomate Filete de abadejo con picada Lácteo 680,4Kcal - Prot:26,6g - Lip:11,9g - HC:115,3g AGS:1,9g - Azúcares:23,4g - Sal:6,5g</p>

		<p><b>MIÉRCOLES-01</b> Ensalada Arroz con tomate Abadejo al ajo y perejil Lácteo de soja 665,1Kcal - Prot:23,9g - Lip:17,5g - HC:93,2g AGS:2,5g - Azúcares:20,8g - Sal:5,4g</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 02</b> Ensalada Sopa de ave con fideos Guisado de magro de cerdo con menestra de verduras y patatas Fruta 621,8Kcal - Prot:38,6g - Lip:19,7g - HC:69,8g AGS:4,4g - Azúcares:18,8g - Sal:3,5g</p>	<p><b>VIERNES-03</b> Ensalada Alubias con verduras Lenguadina en su jugo Lácteo de soja 662,7Kcal - Prot:27,4g - Lip:17,9g - HC:94,4g AGS:4,4g - Azúcares:21,9g - Sal:4,9g</p>
<p><b>LUNES-06</b> Ensalada Lentejas estofadas con puerros Tortilla de calabacín Fruta 598,3Kcal - Prot:39,2g - Lip:18,7g - HC:64,8g AGS:4,6g - Azúcares:17,0g - Sal:3,0g</p>	<p><b>MARTES-07</b> Ensalada Espirales con tomate Abadejo en su jugo Fruta 623,6Kcal - Prot:24,9g - Lip:35,0g - HC:49,8g AGS:1,5g - Azúcares:15,5g - Sal:4,8g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-08</b> Ensalada Sopa Juliana Escalope de pollo en pepitoria Lácteo de soja 624,9Kcal - Prot:28,8g - Lip:12,1g - HC:97,0g AGS:2,0g - Azúcares:19,5g - Sal:5,9g</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 09</b> Ensalada Arroz con verduras Lomo de cerdo a la riojana Fruta 683,7Kcal - Prot:28,1g - Lip:19,7g - HC:93,3g AGS:2,7g - Azúcares:19,1g - Sal:3,1g</p>	<p><b>VIERNES-10</b> Ensalada Crema de zanahoria Caballa en salsa Lácteo de soja 702,8Kcal - Prot:18,9g - Lip:13,5g - HC:130,1g AGS:1,6g - Azúcares:19,7g - Sal:4,8g</p>
<p><b>LUNES-13</b> Ensalada Fideuá de marisco Pizza Fruta 433,8Kcal - Prot:20,9g - Lip:7,1g - HC:68,7g AGS:1,3g - Azúcares:17,3g - Sal:4,0g</p>	<p><b>MARTES-14</b> <b>MENÚ ESPECIAL FALLAS</b> Arroz caldoso Rollito de pavo con patatas Postre especial 582,5Kcal - Prot:30,8g - Lip:15,9g - HC:75,2g AGS:3,4g - Azúcares:23,6g - Sal:8,0g</p> 	<p><b>MIÉRCOLES-15</b>  FESTIVO</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 16</b>  FESTIVO</p>	<p><b>VIERNES-17</b>  FESTIVO</p>
<p><b>LUNES-20</b> Ensalada Lentejas vegetarianas Estofado de pollo al curry con patatas Fruta 642,2Kcal - Prot:53,5g - Lip:11,8g - HC:76,3g AGS:2,6g - Azúcares:20,4g - Sal:3,9g</p>	<p><b>MARTES-21</b> Ensalada Pasta lazos con tomate Abadejo al horno con ajitos Fruta 722,5Kcal - Prot:43,7g - Lip:20,4g - HC:89,2g AGS:5,4g - Azúcares:15,6g - Sal:8,7g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-22</b> Ensalada Sopa de ave Tortilla de calabacín Lácteo de soja 715,3Kcal - Prot:27,8g - Lip:36,5g - HC:66,6g AGS:1,9g - Azúcares:20,6g - Sal:4,3g</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 23</b> Ensalada Crema de verduras Longanizas de pollo con patatas Fruta 623,8Kcal - Prot:24,8g - Lip:14,4g - HC:90,6g AGS:2,3g - Azúcares:18,9g - Sal:3,1g</p>	<p><b>VIERNES-24</b> Ensalada Arroz con tomate Filete de merluza al horno Lácteo de soja 583,5Kcal - Prot:26,7g - Lip:11,9g - HC:86,4g AGS:2,3g - Azúcares:23,6g - Sal:2,4g</p>
<p><b>LUNES-27</b> Ensalada Lentejas estofadas Pechuga de pollo al horno con patatas Fruta 631,8Kcal - Prot:28,6g - Lip:18,5g - HC:83,1g AGS:4,6g - Azúcares:21,0g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MARTES-28</b> Ensalada Sopa de ave Filete de merluza en salsa verde con guisantes Fruta 619,5Kcal - Prot:32,2g - Lip:10,4g - HC:96,5g AGS:1,6g - Azúcares:18,4g - Sal:6,5g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-29</b> Ensalada Crema de calabaza Muslo de pollo asado a las finas hierbas Lácteo de soja 651,5Kcal - Prot:28,6g - Lip:21,3g - HC:83,2g AGS:4,9g - Azúcares:22,2g - Sal:4,2g</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 30</b> Ensalada Guisado de garbanzos con verduras Tortilla francesa Fruta 743,3Kcal - Prot:49,5g - Lip:26,3g - HC:74,1g AGS:6,4g - Azúcares:21,4g - Sal:4,2g</p>	<p><b>VIERNES-31</b> Ensalada Macarrones con tomate Filete de abadejo con picada Lácteo de soja 680,4Kcal - Prot:26,6g - Lip:11,9g - HC:115,3g AGS:1,9g - Azúcares:23,4g - Sal:6,5g</p>

		<p><b>MIÉRCOLES-01</b> Ensalada Arroz con tomate Cinta de lomo al horno Lácteo 665,1Kcal - Prot:23,9g - Lip:17,5g - HC:93,2g AGS:2,5g - Azúcares:20,8g - Sal:5,4g</p>	<p><b>JUEVES-02</b> Ensalada Sopa de ave con fideos Guisado de magro de cerdo con menestra de verduras y patatas Fruta 678,1Kcal - Prot:41,4g - Lip:21,7g - HC:77,6g AGS:6,8g - Azúcares:27,0g - Sal:3,7g</p>	<p><b>VIERNES-03</b> Ensalada Alubias con verduras Pechuga de pollo al horno Lácteo 651,6Kcal - Prot:25,9g - Lip:16,0g - HC:97,4g AGS:4,1g - Azúcares:23,5g - Sal:5,3g</p>
<p><b>LUNES-06</b> Ensalada Lentejas estofadas con puerros Tortilla de calabacín Fruta 598,3Kcal - Prot:39,2g - Lip:18,7g - HC:64,8g AGS:4,6g - Azúcares:17,0g - Sal:3,0g</p>	<p><b>MARTES-07</b> Ensalada Espirales napolitana con queso Filete de pollo al horno Fruta 601,2Kcal - Prot:19,6g - Lip:30,7g - HC:67,4g AGS:14,0g - Azúcares:21,7g - Sal:3,3g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-08</b> Ensalada Olla de alubias con verduras Escalope de pollo en pepitoria Lácteo 700,4Kcal - Prot:38,3g - Lip:16,3g - HC:96,9g AGS:4,3g - Azúcares:19,5g - Sal:5,2g</p>	<p><b>JUEVES-09</b> Ensalada Arroz rosechat Lomo de cerdo a la riojana Fruta 550,7Kcal - Prot:30,4g - Lip:12,0g - HC:79,0g AGS:2,5g - Azúcares:17,7g - Sal:3,5g</p>	<p><b>VIERNES-10</b> Ensalada Crema parmentier Tortilla de patata Lácteo 829,2Kcal - Prot:55,7g - Lip:16,1g - HC:113,1g AGS:3,3g - Azúcares:19,7g - Sal:7,1g</p>
<p><b>LUNES-13</b> Ensalada Fideuá de verduras Pizza Fruta 570,6Kcal - Prot:29,3g - Lip:16,7g - HC:72,6g AGS:4,0g - Azúcares:17,5g - Sal:3,8g</p>	<p><b>MARTES-14</b> <b>MENÚ ESPECIAL FALLAS</b> Arroz caldoso Rollito de pavo y queso con patatas Postre especial 602,5Kcal - Prot:30,9g - Lip:16,1g - HC:80,6g AGS:4,7g - Azúcares:29,5g - Sal:8,1g</p> 	<p><b>MIÉRCOLES-15</b>  FESTIVO</p>	<p><b>JUEVES-16</b>  FESTIVO</p>	<p><b>VIERNES-17</b>  FESTIVO</p>
<p><b>LUNES-20</b> Ensalada Lentejas vegetarianas Estofado de pollo al curry con patatas Fruta 737,6Kcal - Prot:38,5g - Lip:22,1g - HC:91,2g AGS:0,7g - Azúcares:19,7g - Sal:3,1g</p>	<p><b>MARTES-21</b> Ensalada Pasta lazos con salsa carbonara Cinta de lomo al horno Fruta 922,3Kcal - Prot:51,3g - Lip:33,1g - HC:103,8g AGS:12,1g - Azúcares:17,4g - Sal:7,3g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-22</b> Ensalada Sopa de ave Tortilla de calabacín Lácteo 615,4Kcal - Prot:20,0g - Lip:28,3g - HC:75,9g AGS:11,8g - Azúcares:23,4g - Sal:4,9g</p>	<p><b>JUEVES-23</b> Ensalada Crema de verduras Longanizas de cerdo con patatas Fruta 623,8Kcal - Prot:24,8g - Lip:14,4g - HC:90,6g AGS:2,3g - Azúcares:18,9g - Sal:3,1g</p>	<p><b>VIERNES-24</b> Ensalada Arroz con tomate Filete de pollo al horno Lácteo 764,1Kcal - Prot:50,4g - Lip:24,3g - HC:81,8g AGS:6,3g - Azúcares:21,1g - Sal:2,3g</p>
<p><b>LUNES-27</b> Ensalada Lentejas caseras Albondigas a la jardinera con patatas Fruta 631,8Kcal - Prot:28,6g - Lip:18,5g - HC:83,1g AGS:4,6g - Azúcares:21,0g - Sal:6,6g</p>	<p><b>MARTES-28</b> Ensalada Macarrones con tomate Pechuga de pollo al horno con zanahoria baby Fruta 738,5Kcal - Prot:37,5g - Lip:19,6g - HC:101,3g AGS:6,3g - Azúcares:25,3g - Sal:5,6g</p>	<p><b>MIÉRCOLES-29</b> Ensalada Crema de calabaza Muslo de pollo asado a las finas hierbas Lácteo 629,9Kcal - Prot:26,2g - Lip:21,3g - HC:80,9g AGS:5,1g - Azúcares:21,1g - Sal:1,8g</p>	<p><b>JUEVES-30</b> Ensalada Guisado de garbanzos con verduras Tortilla francesa Fruta 737,4Kcal - Prot:49,2g - Lip:26,6g - HC:72,5g AGS:6,3g - Azúcares:17,3g - Sal:1,8g</p>	<p><b>VIERNES-31</b> Ensalada Macarrones con tomate Pechuga de pollo al horno Lácteo 696,9Kcal - Prot:28,7g - Lip:15,9g - HC:108,2g AGS:3,9g - Azúcares:19,8g - Sal:5,9g</p>