

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Semana 2-6

DÍA FESTIVO

Arroz blanco con tomate  
Pollo asado  
Calabacín rebozado  
Fruta fresca

(\* Verdura, Pavo, Patata. y Yogur  
Kcal 567 HC 75 Prot 26 Lip 24

Patatas guisadas con magro  
Bacalao rebozado  
Pisto  
Natillas

(\* Verdura, Huevo, Arroz. y Fruta  
Kcal 651 HC 69 Prot 25 Lip 28

Sopa de estrellas  
Filete de ternera empanado  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca

(\* Verdura, Pescado, Patata. y Yogur  
Kcal 668 HC 74 Prot 22 Lip 32

Alubias blancas estofadas  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate y maíz guarnición  
Yogur

(\* Pasta, Pollo, Verdura. y Fruta  
Kcal 583 HC 63 Prot 22 Lip 24

Semana 9-13

Crema de calabacín  
Albóndigas de ternera en salsa  
Patatas fritas dado  
Yogur

(\* Pasta, Pollo, Verdura. y Fruta  
Kcal 543 HC 61 Prot 19 Lip 23

Lentejas estofadas  
Lenguado enharinado  
Ensalada mixta guarnición  
Fruta fresca

(\* Verdura, Ternera, Patata. y Yogur  
Kcal 657 HC 63 Prot 26 Lip 34

Arroz blanco con tomate  
Lomo de cerdo asado  
Verduras dado  
Yogur

(\* Verdura, Pescado, Pasta. y Fruta  
Kcal 582 HC 73 Prot 22 Lip 27

Sopa de cocido  
Cocido completo  
Ensalada de lechuga,  
zanahoria y maíz  
Fruta fresca



DÍA DE MADRID

(\* Arroz, Huevo, Verdura. y Yogur  
Kcal 478 HC 79 Prot 16 Lip 26

Macarrones boloñesa  
Pez San Pedro rebozado  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur

(\* Verdura, Pavo, Patata. y Fruta  
Kcal 634 HC 77 Prot 17 Lip 32

Semana 16-20

DÍA FESTIVO

Crema de zanahoria  
Croquetas y rabas de calamar  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca

(\* Arroz, Pescado, Verdura. y Yogur  
Kcal 662 HC 68 Prot 33 Lip 20

Judías verdes rehogadas  
Albóndigas (solo para infantil)  
Canelones de atún  
Yogur

(\* Verdura, Ternera, Patata. y Fruta  
Kcal 524 HC 55 Prot 22 Lip 25

Espaguetis con tomate  
Merluza en salsa verde  
Patatas vapor guarnición  
Fruta fresca

(\* Verdura, Huevo, Arroz. y Yogur  
Kcal 564 HC 84 Prot 21 Lip 23

Lentejas guisadas con verduras  
Jamoncitos de pollo asados al limón  
Calabacín asado  
Natillas

(\* Patata, Pescado, Verdura. y Fruta  
Kcal 599 HC 64 Prot 19 Lip 32

Semana 23-27

Sopa de lluvia  
Hamburguesa de atún con tomate  
Patatas fritas  
Yogur

(\* Crema, Pescado, Verdura. y Fruta  
Kcal 632 HC 74 Prot 18 Lip 33

Espirales salteadas  
Bacalao rebozado  
Ensalada de lechuga  
Fruta fresca

(\* Verdura, Cerdo, Patata. y Yogur  
Kcal 605 HC 79 Prot 17 Lip 22

Crema de verduras  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur

(\* Arroz, Pescado, Verdura. y Fruta  
Kcal 587 HC 67 Prot 25 Lip 22

Alubias pintas estofadas  
Nuggets de pollo  
Patatas fritas  
Fruta fresca

(\* Verdura, Ternera, Pasta. y Yogur  
Kcal 675 HC 94 Prot 32 Lip 23

Patatas guisadas con calamares  
Cerdo en salsa  
Ensalada de tomate  
Helado

(\* Verdura, Pescado azul, Arroz. y Fruta  
Kcal 487 HC 37 Prot 23 Lip 22

Semana 30-31

Crema de puerros  
Albóndigas de ternera con verduras  
Patatas fritas  
Yogur

(\* Arroz, Pescado, Verdura. y Fruta  
Kcal 683 HC 75 Prot 26 Lip 27

Garbanzos guisados con chorizo  
Merluza rebozada  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca

(\* Verdura, Cerdo, Patata. y Fruta  
Kcal 597 HC 68 Prot 19 Lip 28



(\* RECOMENDACIÓN PARA LA CENA  
Incluye pan y agua. El Servicio de cocina tiene a su disposición la declaración de alérgenos.

Según dispone la legislación vigente, les informamos que estos menus pueden contener alérgenos.  
Para dietas especiales, consultar los menus especificos para cada caso.

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

Week 2-6

Bank holiday

White rice with fried tomato sauce  
Battered courgette  
Fresh fruit  
  
(\* ) Vegetable, Turkey, Potato. and Yoghurt  
Kcal 444 CH 75 Prot 21 Lip 13

Potato casserole with loin of pork  
Battered cod  
Ratatouille  
Custard  
  
(\* ) Vegetable, Egg, Rice. and Fruit  
Kcal 651 CH 69 Prot 25 Lip 28

Star pasta soup  
Breaded fillet of beef  
Lettuce and carrot salad  
Fresh fruit  
  
(\* ) Vegetable, Fish, Potato. and Yoghurt  
Kcal 668 CH 74 Prot 22 Lip 32

White bean stew with chorizo  
French omelette  
Tomato and sweet corn salad  
Yoghurt  
  
(\* ) Pasta, Chicken, Vegetable. and Fruit  
Kcal 583 CH 63 Prot 22 Lip 24

Week 9-13

Cream of courgette soup  
Veal meatballs in sauce  
Diced potatoes  
Yoghurt  
  
(\* ) Pasta, Chicken, Vegetable. and Fruit  
Kcal 543 CH 61 Prot 19 Lip 23

Lentil stew  
Floured sole  
Mixed salad  
Fresh fruit  
  
(\* ) Vegetable, Beef, Potato. and Yoghurt  
Kcal 657 CH 63 Prot 26 Lip 34

White rice with fried tomato sauce  
Diced vegetables  
Yoghurt  
  
(\* ) Vegetable, Fish, Pasta. and Fruit  
Kcal 436 CH 73 Prot 19 Lip 17

Meat and vegetable soup  
Chickpea, meat and vegetable stew  
Lettuce, carrot and sweet corn salad  
Fresh fruit  
  
(\* ) Rice, Egg, Vegetable. and Yoghurt  
Kcal 478 CH 79 Prot 16 Lip 26

Macaroni with bolognese sauce  
Battered St. Peter's fish  
Lettuce and sweetcorn salad  
Yoghurt  
  
(\* ) Vegetable, Turkey, Potato. and Fruit  
Kcal 634 CH 77 Prot 17 Lip 32

Week 16-20

Bank holiday

Cream of carrot soup  
Croquettes and Battered squid tentacles  
Lettuce and carrot salad  
Fresh fruit  
  
(\* ) Rice, Fish, Vegetable. and Yoghurt  
Kcal 662 CH 68 Prot 33 Lip 20

Lightly fried green beans  
Tuna cannelloni  
Yoghurt  
  
(\* ) Vegetable, Beef, Potato. and Fruit  
Kcal 524 CH 55 Prot 22 Lip 25

Spaghetti with tomato  
Hake with green sauce  
Steamed potatoes  
Fresh fruit  
  
(\* ) Vegetable, Egg, Rice. and Yoghurt  
Kcal 564 CH 84 Prot 21 Lip 23

Lentil casserole with Swiss chard  
Roast chicken drumsticks with lemon  
Baked courgette  
Custard  
  
(\* ) Potato, Fish, Vegetable. and Fruit  
Kcal 599 CH 64 Prot 19 Lip 32

Week 23-27

Raindrop soup  
Griddled beefburger with tomato  
Chips  
Yoghurt  
  
(\* ) Cream, Fish, Vegetable. and Fruit  
Kcal 632 CH 74 Prot 18 Lip 33

Sautéed pasta spirals  
Battered cod  
Lettuce salad  
Fresh fruit  
  
(\* ) Vegetable, Pork, Potato. and Yoghurt  
Kcal 605 CH 79 Prot 17 Lip 22

Cream of vegetable soup  
Potato omelette  
Lettuce and sweetcorn salad  
Yoghurt  
  
(\* ) Rice, Fish, Vegetable. and Fruit  
Kcal 587 CH 67 Prot 25 Lip 22

Pinto bean stew  
Chicken nuggets  
Chips  
Fresh fruit  
  
(\* ) Vegetable, Beef, Pasta. and Yoghurt  
Kcal 675 CH 94 Prot 32 Lip 23

Potato casserole with squid  
Pork in sauce  
Tomato salad  
Ice cream  
  
(\* ) Vegetable, Oily fish, Rice. and Fruit  
Kcal 487 CH 37 Prot 23 Lip 22

Week 30-31

Cream of leek soup  
Veal meatballs with vegetables  
Chips  
Yoghurt  
  
(\* ) Rice, Fish, Vegetable. and Fruit  
Kcal 683 CH 75 Prot 26 Lip 27

Chickpeas with chorizo  
Battered hake  
Lettuce and carrot salad  
Fresh fruit  
  
(\* ) Vegetable, Pork, Potato. and Fruit  
Kcal 597 CH 68 Prot 19 Lip 28



(\* ) Recommendation for dinner  
With bread and water. The facility kitchen service can provide you with our allergen declaration.

### LUNES

### MARTES

### MIÉRCOLES

### JUEVES

### VIERNES

Semana 2-6

**DÍA FESTIVO**

Arroz blanco con tomate  
 Pollo asado  
 Calabacín rebozado  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Cerdo, Patata. y Yogur  
**Kcal 700 HC 77 Prot 18 Lip 26**

Patatas guisadas con magro  
 Bacalao rebozado  
 Pisto  
 Natillas

(\*) Verdura, Huevo, Arroz. y Fruta  
**Kcal 715 HC 74 Prot 27 Lip 34**

Sopa de fideos s/g  
 Filete de ternera empanado (celíacos)  
 Ensalada de lechuga y zanahoria  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Pescado, Patata. y Yogur  
**Kcal 618 HC 70 Prot 17 Lip 34**

Alubias blancas estofadas  
 Tortilla francesa  
 Ensalada de tomate y maíz  
 Yogur

(\*) Pasta, Pollo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 622 HC 76 Prot 29 Lip 35**

Semana 9-13

Crema de calabacín  
 Albóndigas de ternera con tomate (celíacos)  
 Patatas fritas dado  
 Yogur

(\*) Pasta s/g, Pollo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 648 HC 70 Prot 36 Lip 30**

Lentejas guisadas con zanahorias  
 Lenguado enharinado  
 Ensalada mixta guarnición  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Ternera, Patata. y Yogur  
**Kcal 707 HC 75 Prot 25 Lip 38**

Arroz blanco con tomate  
 Lomo de cerdo asado  
 Verduritas dado  
 Yogur

(\*) Verdura, Pescado, Pasta s/g y Fruta  
**Kcal 604 HC 93 Prot 22 Lip 29**

Sopa de fideos s/g  
 Cocido completo (sin chorizo)  
 Fruta fresca

(\*) Arroz, Huevo, Verdura. y Yogur  
**Kcal 670 HC 91 Prot 24 Lip 37**

Macarrones boloñesa s/g  
 Pez San Pedro rebozado  
 Ensalada de lechuga y maíz  
 Yogur

(\*) Verdura, Pavo, Patata. y Fruta  
**Kcal 661 HC 78 Prot 21 Lip 39**

Semana 16-20

**DÍA FESTIVO**

Crema de zanahoria  
 Croquetas y rabas de calamar  
 Ensalada de lechuga y zanahoria  
 Fruta fresca

(\*) Arroz, Pescado, Verdura. y Yogur  
**Kcal 665 HC 77 Prot 41 Lip 23**

Judías verdes rehogadas  
 Huevos duros con tomate frito  
 Yogur

(\*) Verdura, Ternera, Patata. y Fruta  
**Kcal 616 HC 50 Prot 31 Lip 26**

Espaguetis con tomate s/g  
 Merluza en salsa verde  
 Patatas vapor  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Huevo, Arroz. y Yogur  
**Kcal 698 HC 80 Prot 16 Lip 28**

Lentejas guisadas con verduras  
 Jamoncitos de pollo asados al limón  
 Calabacín asado  
 Natillas

(\*) Patata, Pescado, Verdura. y Fruta  
**Kcal 668 HC 75 Prot 19 Lip 38**

Semana 23-27

Sopa de letras s/g  
 Hamburguesa a la plancha con tomate  
 Patatas fritas  
 Yogur

(\*) Crema, Pescado, Verdura. y Fruta  
**Kcal 680 HC 81 Prot 20 Lip 32**

Espirales salteadas s/g  
 Bacalao rebozado  
 Ensalada de lechuga  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Cerdo, Patata. y Yogur  
**Kcal 603 HC 92 Prot 23 Lip 27**

Crema de verduras (patata, zanahoria, acelga)  
 Tortilla de patata  
 Ensalada de lechuga y maíz  
 Yogur

(\*) Arroz, Pescado, Verdura. y Fruta  
**Kcal 655 HC 74 Prot 28 Lip 23**

Alubias pintas estofadas  
 Pez San Pedro a la vizcaína  
 Patatas fritas  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Ternera, Pasta s/g. y Yogur  
**Kcal 685 HC 95 Prot 24 Lip 42**

Patatas guisadas con calamares  
 Cerdo en salsa  
 Ensalada de tomate  
 Yogur

(\*) Verdura, Pescado azul, Arroz. y Fruta  
**Kcal 701 HC 64 Prot 30 Lip 35**

Semana 30-31

Crema de puerros  
 Albóndigas de ternera con verduras (celíacos)  
 Patatas fritas  
 Yogur

(\*) Arroz, Pescado, Verdura. y Fruta  
**Kcal 655 HC 81 Prot 33 Lip 27**

Garbanzos estofados  
 Merluza rebozada  
 Ensalada de lechuga y zanahoria  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Cerdo, Patata. y Fruta  
**Kcal 637 HC 85 Prot 24 Lip 39**

(\*) RECOMENDACIÓN PARA LA CENA  
 Incluye pan y agua. El Servicio de cocina tiene a su disposición la declaración de alérgenos.

### LUNES

### MARTES

### MIÉRCOLES

### JUEVES

### VIERNES

Semana 2-6

**DÍA FESTIVO**

Arroz blanco con tomate  
 Pollo asado  
 Calabacín asado  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Pavo, Patata. y Yogur  
**Kcal 600 HC 87 Prot 23 Lip 26**

Patatas guisadas con magro  
 Cinta de lomo adobado a la plancha  
 Pisto  
 Yogur

(\*) Verdura, Ternera, Arroz. y Fruta  
**Kcal 685 HC 61 Prot 30 Lip 33**

Sopa de letras s/g  
 Alitas de pollo fritas  
 Ensalada de lechuga y zanahoria  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Pescado, Patata. y Yogur  
**Kcal 603 HC 60 Prot 24 Lip 25**

Alubias blancas estofadas  
 Atún al horno con tomate  
 Ensalada de tomate y maíz  
 Yogur

(\*) Pasta, Pollo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 694 HC 81 Prot 30 Lip 45**

Semana 9-13

Crema de calabacín  
 Albóndigas de ternera en salsa  
 Patatas fritas  
 Yogur

(\*) Pasta, Pollo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 627 HC 79 Prot 30 Lip 29**

Lentejas guisadas con zanahorias  
 Lenguado enharinado  
 Ensalada mixta guarnición  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Ternera, Patata. y Yogur  
**Kcal 707 HC 75 Prot 25 Lip 38**

Arroz blanco con tomate  
 Lomo de cerdo asado  
 Verduritas dado  
 Yogur

(\*) Verdura, Pescado, Pasta. y Fruta  
**Kcal 604 HC 93 Prot 22 Lip 29**

Sopa de fideos s/g  
 Cocido completo  
 Fruta fresca

(\*) Arroz, Cerdo, Verdura. y Yogur  
**Kcal 586 HC 90 Prot 19 Lip 27**

Macarrones boloñesa s/g  
 Pez San Pedro al horno  
 Ensalada de lechuga y maíz  
 Yogur

(\*) Verdura, Pavo, Patata. y Fruta  
**Kcal 711 HC 91 Prot 18 Lip 36**

Semana 16-20

**DÍA FESTIVO**

Crema de zanahoria  
 Cinta de lomo a la plancha  
 Ensalada de lechuga y zanahoria  
 Fruta fresca

(\*) Arroz, Pescado, Verdura. y Yogur  
**Kcal 534 HC 57 Prot 19 Lip 22**

Judías verdes rehogadas  
 Albóndigas de ternera en salsa  
 Patatas fritas dado  
 Yogur

(\*) Crema, Pollo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 701 HC 62 Prot 33 Lip 30**

Espaguetis con tomate s/g  
 Merluza en salsa verde  
 Patatas vapor  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Cerdo, Arroz. y Yogur  
**Kcal 698 HC 80 Prot 16 Lip 28**

Lentejas guisadas con verduras  
 Jamoncitos de pollo asados al limón  
 Calabacín asado  
 Yogur

(\*) Patata, Pescado, Verdura. y Fruta  
**Kcal 623 HC 69 Prot 17 Lip 38**

Semana 23-27

Sopa de fideos s/g  
 Hamburguesa a la plancha con tomate  
 Patatas fritas  
 Yogur

(\*) Crema, Pescado, Verdura. y Fruta  
**Kcal 680 HC 80 Prot 21 Lip 31**

Espirales salteadas s/g  
 Bacalao enharinado  
 Ensalada de lechuga  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Cerdo, Arroz. y Yogur  
**Kcal 669 HC 92 Prot 29 Lip 30**

Crema de verduras (patata, zanahoria, acelga)  
 Atún encebollado  
 Ensalada de lechuga y maíz  
 Yogur

(\*) Arroz, Pavo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 608 HC 60 Prot 23 Lip 28**

Alubias pintas estofadas  
 Filete de pollo a la plancha  
 Patatas fritas  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Ternera, Pasta. y Yogur  
**Kcal 642 HC 92 Prot 23 Lip 37**

Patatas guisadas con calamares  
 Cerdo en salsa  
 Ensalada de tomate  
 Yogur

(\*) Verdura, Pescado azul, Arroz. y Fruta  
**Kcal 701 HC 64 Prot 30 Lip 35**

Semana 30-31

Crema de puerros  
 Albóndigas de ternera con verduras  
 Patatas fritas  
 Yogur

(\*) Arroz, Pescado, Verdura. y Fruta  
**Kcal 630 HC 80 Prot 29 Lip 32**

Garbanzos guisados con chorizo  
 Alitas de pollo fritas  
 Ensalada de lechuga y zanahoria  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Cerdo, Patata. y Yogur  
**Kcal 671 HC 69 Prot 37 Lip 35**

(\*) RECOMENDACIÓN PARA LA CENA  
 Incluye pan y agua. El Servicio de cocina tiene a su disposición la declaración de alérgenos.

## LUNES

## MARTES

## MIÉRCOLES

## JUEVES

## VIERNES

Semana 2-6

DÍA  
FESTIVOArroz blanco con tomate  
Pollo asado  
Calabacín rebozado  
Fruta fresca(\*) Verdura, Pavo, Patata. y Fruta  
Kcal 700 HC 77 Prot 18 Lip 26Patatas guisadas con magro  
Bacalao rebozado  
Pisto  
Fruta fresca(\*) Verdura, Huevo, Arroz. y Fruta  
Kcal 626 HC 67 Prot 22 Lip 30Sopa de estrellas  
Filete de ternera empanado  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca(\*) Verdura, Pescado, Patata. y Fruta  
Kcal 660 HC 74 Prot 18 Lip 37Alubias blancas estofadas  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate y maíz  
Fruta fresca(\*) Pasta, Pollo, Verdura. y Fruta  
Kcal 698 HC 75 Prot 26 Lip 31

Semana 9-13

Crema de calabacín  
Albóndigas de ternera en salsa  
Patatas fritas dado  
Yogur de soja(\*) Pasta, Pollo, Verdura. y Fruta  
Kcal 632 HC 56 Prot 27 Lip 29Lentejas estofadas  
Lenguado enharinado  
Ensalada mixta guarnición  
Fruta fresca(\*) Verdura, Ternera, Patata. y Fruta  
Kcal 674 HC 74 Prot 32 Lip 44Arroz blanco con tomate  
Lomo de cerdo asado  
Verduras dado  
Fruta fresca(\*) Verdura, Pescado, Pasta. y Fruta  
Kcal 680 HC 92 Prot 19 Lip 25Sopa de fideos  
Cocido completo (sin chorizo)  
Fruta fresca(\*) Arroz, Huevo, Verdura. y Fruta  
Kcal 670 HC 92 Prot 23 Lip 38Macarrones boloñesa  
Pez San Pedro rebozado  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca(\*) Verdura, Pavo, Patata. y Fruta  
Kcal 619 HC 79 Prot 17 Lip 37

Semana 16-20

DÍA  
FESTIVOCrema de zanahoria  
Cinta de lomo a la plancha  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Yogur de soja(\*) Arroz, Pescado, Verdura. y Fruta  
Kcal 522 HC 43 Prot 22 Lip 26Judías verdes rehogadas  
Huevos duros con tomate frito  
Fruta fresca(\*) Verdura, Ternera, Patata. y Fruta  
Kcal 572 HC 49 Prot 28 Lip 22Espaguetis con tomate  
Merluza en salsa verde  
Patatas vapor  
Fruta fresca(\*) Verdura, Huevo, Arroz. y Fruta  
Kcal 615 HC 89 Prot 25 Lip 31Lentejas guisadas con verduras  
Jamoncitos de pollo asados al limón  
Calabacín asado  
Fruta fresca(\*) Patata, Pescado, Verdura. y Fruta  
Kcal 579 HC 68 Prot 25 Lip 34

Semana 23-27

Sopa de lluvia  
Hamburguesa a la plancha con tomate  
Patatas fritas  
Yogur de soja(\*) Patata, Pescado, Verdura. y Fruta  
Kcal 624 HC 66 Prot 20 Lip 32Espirales salteadas  
Bacalao rebozado  
Ensalada de lechuga  
Fruta fresca(\*) Verdura, Cerdo, Patata. y Fruta  
Kcal 653 HC 84 Prot 21 Lip 31Crema de verduras (patata, zanahoria,  
acelga)  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca(\*) Arroz, Pescado, Verdura. y Fruta  
Kcal 611 HC 73 Prot 25 Lip 19Alubias pintas estofadas  
Nuggets de pollo  
Patatas fritas  
Fruta fresca(\*) Verdura, Pavo, Pasta. y Fruta  
Kcal 856 HC 89 Prot 41 Lip 32Patatas guisadas con calamares  
Cerdo en salsa  
Ensalada de tomate  
Fruta fresca(\*) Verdura, Pescado azul, Arroz. y Fruta  
Kcal 657 HC 63 Prot 27 Lip 31

Semana 30-31

Crema de puerros  
Albóndigas de ternera con verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca(\*) Arroz, Pescado, Verdura. y Fruta  
Kcal 706 HC 79 Prot 26 Lip 28Garbanzos con verduras  
Merluza rebozada  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Yogur de soja(\*) Verdura, Cerdo, Patata. y Fruta  
Kcal 641 HC 65 Prot 25 Lip 33

(\*) RECOMENDACIÓN PARA LA CENA

Incluye pan y agua. El Servicio de cocina tiene a su disposición la declaración de alérgenos.

### LUNES

### MARTES

### MIÉRCOLES

### JUEVES

### VIERNES

Semana 2-6

**DÍA  
FESTIVO**

Arroz blanco con tomate  
 Pollo asado  
 Calabacín rebozado  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Pavo, Patata. y Yogur  
**Kcal 700 HC 77 Prot 18 Lip 26**

Patatas guisadas con magro  
 Bacalao rebozado  
 Pisto  
 Natillas

(\*) Verdura, Huevo, Arroz. y Fruta  
**Kcal 715 HC 74 Prot 27 Lip 34**

Sopa de estrellas  
 Filete de ternera empanado  
 Ensalada de lechuga y zanahoria  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Pescado, Patata. y Yogur  
**Kcal 660 HC 74 Prot 18 Lip 37**

Risotto con champiñones  
 Tortilla francesa  
 Ensalada de tomate y maíz  
 Yogur

(\*) Pasta, Pollo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 673 HC 89 Prot 22 Lip 35**

Semana 9-13

Crema de calabacín  
 Albóndigas de ternera en salsa  
 Patatas fritas dado  
 Yogur

(\*) Pasta, Pollo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 688 HC 71 Prot 27 Lip 29**

Ensalada mediterránea  
 Lenguado enharinado  
 Tomate asado guarnición  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Ternera, Patata. y Yogur  
**Kcal 630 HC 54 Prot 28 Lip 32**

Arroz blanco con tomate  
 Lomo de cerdo asado  
 Verduritas dado  
 Yogur

(\*) Verdura, Cerdo, Pasta. y Fruta  
**Kcal 604 HC 93 Prot 22 Lip 29**

Sopa de fideos  
 Bacalao al horno con tomate  
 Patatas vapor  
 Fruta fresca

(\*) Arroz, Huevo, Verdura. y Yogur  
**Kcal 534 HC 73 Prot 22 Lip 23**

Macarrones boloñesa  
 San jacobó  
 Ensalada de lechuga y maíz  
 Yogur

(\*) Verdura, Pavo, Patata. y Fruta  
**Kcal 764 HC 96 Prot 33 Lip 22**

Semana 16-20

**DÍA  
FESTIVO**

Crema de zanahoria  
 Lomo al horno  
 Ensalada de lechuga y zanahoria  
 Fruta fresca

(\*) Arroz, Pescado, Verdura. y Yogur  
**Kcal 543 HC 57 Prot 20 Lip 22**

Marmitako  
 Canelones de atún  
 Yogur

(\*) Verdura, Ternera, Patata. y Fruta  
**Kcal 694 HC 84 Prot 27 Lip 23**

Espaguetis con tomate  
 Merluza al horno  
 Patatas vapor  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Huevo, Arroz. y Yogur  
**Kcal 701 HC 87 Prot 22 Lip 31**

Menestra (brócoli, zanahoria y patata)  
 Jamoncitos de pollo asados al limón  
 Calabacín asado  
 Natillas

(\*) Patata, Pescado, Verdura. y Fruta  
**Kcal 646 HC 66 Prot 24 Lip 31**

Semana 23-27

Sopa de lluvia  
 Hamburguesa a la plancha con tomate  
 Patatas fritas  
 Yogur

(\*) Crema, Pescado, Verdura. y Fruta  
**Kcal 680 HC 81 Prot 20 Lip 32**

Espirales salteadas  
 Bacalao rebozado  
 Ensalada de lechuga  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Cerdo, Arroz. y Fruta  
**Kcal 653 HC 84 Prot 21 Lip 31**

Crema de verduras (patata, zanahoria, acelga)  
 Tortilla de patata  
 Ensalada de lechuga y maíz  
 Yogur

(\*) Arroz, Pescado, Verdura. y Yogur  
**Kcal 655 HC 74 Prot 28 Lip 23**

Escarola con picatostes y bacon  
 Pez San Pedro a la vizcaína  
 Patatas fritas  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Ternera, Pasta. y Fruta  
**Kcal 705 HC 70 Prot 19 Lip 39**

Patatas guisadas con calamares  
 Cerdo en salsa  
 Ensalada de tomate  
 Helado

(\*) Verdura, Pescado azul, Arroz. y Fruta  
**Kcal 583 HC 46 Prot 27 Lip 30**

Semana 30-31

Crema de puerros  
 Albóndigas de ternera en salsa  
 Patatas fritas  
 Yogur

(\*) Arroz, Pescado, Verdura. y Fruta  
**Kcal 633 HC 80 Prot 30 Lip 29**

Arroz blanco con tomate  
 Merluza rebozada  
 Ensalada de lechuga y zanahoria  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Cerdo, Patata. y Yogur  
**Kcal 660 HC 94 Prot 26 Lip 27**

(\*) RECOMENDACIÓN PARA LA CENA

Incluye pan y agua. El Servicio de cocina tiene a su disposición la declaración de alérgenos.

### LUNES

### MARTES

### MIÉRCOLES

### JUEVES

### VIERNES

Semana 2-6

**DÍA FESTIVO**

Arroz blanco con tomate  
 Pollo asado  
 Calabacín rebozado  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Pavo, Patata. y Yogur  
**Kcal 700 HC 77 Prot 18 Lip 26**

Patatas guisadas con magro  
 Cinta de lomo adobado a la plancha  
 Pisto  
 Natillas

(\*) Verdura, Huevo, Arroz. y Fruta  
**Kcal 610 HC 67 Prot 32 Lip 33**

Sopa de estrellas  
 Filete de ternera empanado  
 Ensalada de lechuga y zanahoria  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Pollo, Pasta. y Yogur  
**Kcal 660 HC 74 Prot 18 Lip 37**

Alubias blancas estofadas  
 Tortilla francesa  
 Ensalada de tomate y maíz  
 Yogur

(\*) Arroz, Pollo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 622 HC 76 Prot 29 Lip 35**

Semana 9-13

Crema de calabacín  
 Albóndigas de ternera en salsa  
 Patatas fritas  
 Yogur

(\*) Pasta, Ternera, Verdura. y Fruta  
**Kcal 627 HC 79 Prot 30 Lip 29**

Lentejas estofadas  
 Huevos fritos  
 Ensalada mixta guarnición  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Pollo, Patata. y Yogur  
**Kcal 719 HC 68 Prot 42 Lip 38**

Arroz blanco con tomate  
 Lomo de cerdo asado  
 Verduritas dado  
 Yogur

(\*) Verdura, Pavo, Pasta. y Fruta  
**Kcal 604 HC 93 Prot 22 Lip 29**

Sopa de fideos  
 Cocido completo  
 Fruta fresca

(\*) Arroz, Huevo, Verdura. y Yogur  
**Kcal 586 HC 91 Prot 18 Lip 28**

Macarrones boloñesa  
 San jacobó  
 Ensalada de lechuga y maíz  
 Yogur

(\*) Verdura, Pollo, Patata. y Fruta  
**Kcal 764 HC 96 Prot 33 Lip 22**

Semana 16-20

**DÍA FESTIVO**

Crema de zanahoria  
 Cinta de lomo a la plancha  
 Ensalada de lechuga y zanahoria  
 Fruta fresca

(\*) Arroz, Pollo, Verdura. y Yogur  
**Kcal 534 HC 57 Prot 19 Lip 22**

Judías verdes rehogadas  
 Huevos duros con tomate frito  
 Yogur

(\*) Verdura, Ternera, Patata. y Fruta  
**Kcal 616 HC 50 Prot 31 Lip 26**

Espaguetis con tomate  
 Chuleta de cerdo a la plancha  
 Patatas vapor  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Huevo, Arroz. y Yogur  
**Kcal 707 HC 87 Prot 25 Lip 31**

Lentejas guisadas con verduras  
 Jamoncitos de pollo asados al limón  
 Calabacín asado  
 Natillas

(\*) Patata, Cerdo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 668 HC 75 Prot 19 Lip 38**

Semana 23-27

Sopa de lluvia  
 Hamburguesa a la plancha con tomate  
 Patatas fritas  
 Yogur

(\*) Crema, Huevo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 680 HC 81 Prot 20 Lip 32**

Espirales con salsa de queso  
 Jamón york a la plancha  
 Ensalada de lechuga  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Pollo, Arroz. y Yogur  
**Kcal 679 HC 77 Prot 24 Lip 33**

Crema de verduras (patata, zanahoria, acelga)  
 Tortilla de patata  
 Ensalada de lechuga y maíz  
 Fruta fresca

(\*) Arroz, Cerdo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 611 HC 73 Prot 25 Lip 19**

Alubias pintas estofadas  
 Nuggets de pollo  
 Patatas fritas  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Ternera, Pasta. y Yogur  
**Kcal 856 HC 89 Prot 41 Lip 32**

Panaché de verduras  
 Cerdo en salsa  
 Ensalada de tomate  
 Helado

(\*) Verdura, Pavo, Arroz. y Fruta  
**Kcal 570 HC 38 Prot 31 Lip 24**

Semana 30-31

Crema de puerros  
 Albóndigas de ternera con verduras  
 Patatas fritas  
 Yogur

(\*) Arroz, Huevo, Verdura. y Fruta  
**Kcal 630 HC 80 Prot 29 Lip 32**

Garbanzos guisados con chorizo  
 Alitas de pollo fritas  
 Ensalada de lechuga y zanahoria  
 Fruta fresca

(\*) Verdura, Cerdo, Patata. y Yogur  
**Kcal 671 HC 69 Prot 37 Lip 35**

(\*) RECOMENDACIÓN PARA LA CENA  
 Incluye pan y agua. El Servicio de cocina tiene a su disposición la declaración de alérgenos.