

VIERNES 1

PATATAS GUISADAS
MERLUZA EN SALSA
MARINERA
YOGURT

Kcal 620/ Prot 30,3g/ Lip 17,3g/ Hcar 78,2g

LUNES 4

JUDÍAS VERDES CON PATATAS
FILETE DE PAVO CON PIMIENTOS
FRUTA

Kcal 558.2/ Prot 32g/ Lip 18.5g/ Hcar 73.3g

MARTES 5

GARBANZOS GUISADOS
POLLO ASADO CON ZANAHORIA
FRUTA

Kcal 533/ Prot 26.6g/ Lip 21.5g/ Hcar 61.5g

MIÉRCOLES 6

MACARRONES CON QUESO
ESTOFADO DE PAVO CON
GUARNICIÓN
FRUTA

Kcal 643.2/ Prot 19.4g/ Lip 31.7g/ Hcar 70.2g

JUEVES 7

DÍAS
FESTIVOS

VIERNES 8

LUNES 11

MARTES 12

MIÉRCOLES 13

JUEVES 14

VIERNES 15

SEMANA SANTA

LUNES 18

CREMA DE CALABACÍN
FILETE RUSO EN SALSA DE
CURRY
FRUTA

Kcal 549.6/ Prot 21.5g/ Lip 18.2g/ Hcar 74.7g

MARTES 19

ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS
POLLO GUISADO CON
GUARNICIÓN
FRUTA

Kcal 644/ Prot 25.3g/ Lip 23.4g/ Hcar 83.6g

MIÉRCOLES 20

ARROZ CON TOMATE
LOMO ADOBADO CON PIMIENTOS
FRUTA

Kcal 597.9/ Prot 26.8g/ Lip 18.5g/ Hcar 80.6g

JUEVES 21

GARBANZOS GUISADOS
MERLUZA EN SALSA MARINERA
FRUTA

Kcal 550.1/ Prot 33.1g/ Lip 18.4g/ Hcar 61.6g

VIERNES 22

JUDÍAS VERDES AL AJO ARRIERO
POLLO CON CHAMPIÑONES
YOGURT

Kcal 549.6/ Prot 21.5g/ Lip 18.2g/ Hcar 74.7g

LUNES 25

CREMA DE CALABAZA
MERLUZA EN SALSA VERDE
FRUTA

Kcal 622.5/ Prot 24.4g/ Lip 17g/ Hcar 83.4g

MARTES 26

MACARRONES BOLOÑESA
ESTOFADO DE PAVO CON
GUARNICIÓN
FRUTA

Kcal 643.2/ Prot 26.8g/ Lip 18.5g/ Hcar 80.6g

MIÉRCOLES 27

PATATAS GUISADAS
LOMO ASADO EN SALSA DE PIÑA
FRUTA

Kcal 560.7/ Prot 29.2g/ Lip 15.5g/ Hcar 68.1g

JUEVES 28

SOPA DE LLUVIA
TERNERA EN SALSA DE
TOMATE
YOGURT

Kcal 563.9/ Prot 28.2g/ Lip 17.8g/ Hcar 72.8g

VIERNES 29

ALUBIAS BLANCAS JARDINERA
ESCALOPE DE CERDO CON
PIMIENTOS
FRUTA

Kcal 620/ Prot 30.3g/ Lip 17.3g/ Hcar 78.2g