

Lunes

1

FIESTA

8

ARROZ A LA CUBANA

TORTILLA PIZZA

FRUTA Y PAN

Kcal: 723 Lip (g): 31,5
Prot (g): 38,6 HC (g): 69,8

15

FIDEOS CON TOMATE

TORTILLA CALABACINES

FRUTA Y PAN

Kcal: 729 Lip (g): 10,5
Prot (g): 27,3 HC (g): 102

22

MACARRONES CON TOMATE

POLLO EN SALSA CON ARROZ
SALTEADO

FRUTA Y PAN

Kcal: 984 Lip (g): 39,8
Prot (g): 57,1 HC (g): 90,6

29

SEMANA
SANTA

Martes

2

MACARRONES BOLOÑESA

TORTILLA DE VERDURAS

YOGUR Y PAN

Kcal: 759 Lip (g): 19,1
Prot (g): 40 HC (g): 102

9

SOPA DE FIDEOS

CROQUETAS CON ENSALADA

YOGUR Y PAN

Kcal: 887 Lip (g): 31,8
Prot (g): 64,3 HC (g): 80,2

16

CREMA DE CALABAZA

ALBONDIGAS CON PATATAS

YOGUR Y PAN

Kcal: 794 Lip (g): 28,1
Prot (g): 35,4 HC (g): 93

23

CREMA DE CALABACINES CON
PICATOSTE

SAN JACOBO CON ENSALADA

YOGUR Y PAN

Kcal: 965 Lip (g): 34,9
Prot (g): 59,7 HC (g): 96,6

30

SEMANA
SANTA

Miércoles

3

PAELLA MIXTA

CINTA DE LOMO EN SALSA
CASTELLANA CON VERDURAS

FRUTA Y PAN

Kcal: 917 Lip (g): 47,8
Prot (g): 35,4 HC (g): 82,5

10

PATATAS GUIADAS CON
CARNE

FOGONERO A LA ROTEÑA

FRUTA Y PAN

Kcal: 789 Lip (g): 40,7
Prot (g): 68,4 HC (g): 36,2

17

ARROZ CON CARNE Y
VERDURAS

TILAPIA EN SALSA ALICANTINA
CON ENSALADA

FRUTA Y PAN

Kcal: 780 Lip (g): 38,8
Prot (g): 50,7 HC (g): 55,2

24

LENTEJAS CON CHORIZO Y
VERDURAS

TORTILLA CON VERDURAS

FRUTA Y PAN

Kcal: 815 Lip (g): 33
Prot (g): 33,8 HC (g): 84,2

31

SEMANA
SANTA

Jueves

4

CREMA DE VERDURAS CON
PICATOSTE

FLAMENQUIN CASERO CON
ENSALADA

YOGUR Y PAN

Kcal: 740 Lip (g): 42,2
Prot (g): 39,6 HC (g): 46,7

11

LENTEJAS CON CHORIZO

POLLO AL CHILINDRON CON
VERDURAS

YOGUR Y PAN

Kcal: 973 Lip (g): 42,2
Prot (g): 52,8 HC (g): 84,2

18

COCIDO DE GARBANZOS

CROQUETAS DEL COCIDO

YOGUR Y PAN

Kcal: 998 Lip (g): 50,8
Prot (g): 63,3 HC (g): 76,4

25

FIDEUA

MERLUZA EN SALSA CON
GUISANTES

YOGUR Y PAN

Kcal: 894 Lip (g): 26,6
Prot (g): 83,7 HC (g): 77,1

Viernes

5

FABADA ASTURIANA

TILAPIA EN SALSA ALICANTINA

FRUTA Y PAN

Kcal: 962 Lip (g): 49,6
Prot (g): 65,8 HC (g): 53,8

12

CREMA DE VERDURAS

MERLUZA EN SALSA CON
PATATAS AL HORNO

FRUTA Y PAN

Kcal: 694 Lip (g): 32,6
Prot (g): 35,5 HC (g): 60,2

19

PATATAS CON CHOCO

MERLUZA FRITA CON
TOMATE NATURAL

FRUTA Y PAN

Kcal: 958 Lip (g): 41,6
Prot (g): 60,7 HC (g): 81,1

26

ARROZ MARINERA

CINTA DE LOMO EN SU JUGO
CON VERDURAS SALTEADAS

FRUTA Y PAN

Kcal: 1006 Lip (g): 52,3
Prot (g): 35 HC (g): 93,2