

10

1º. Crema de calabaza.

2º. Macarrones boloñesa.

• Fruta natural / Pan

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
446	14	90	4

11

1º. Potaje de verduras.

2º. Muslo de pollo al romero con papas panaderas.

• Helado / Pan

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
433	27	53	13

12

1º. Rancho canario.

2º. Pescado a la portuguesa con verduritas salteadas.

• Fruta natural / Pan

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
400	24	60	8

13

1º. Puré de lentejas.

2º. Paella mixta.

• Fruta natural / Pan

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
504	27	87	5

14

1º. Sopa de pollo.

2º. Ropa vieja.

• Yogur / Pan

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
693	43	74	26

17

1º. Crema de calabacín.

2º. Albóndigas de ternera con arroz.

• Fruta natural / Pan.

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
422	17	69	9

18

1º. Sopa de pescado.

2º. Tortilla española con ensalada variada.

• Helado / Pan

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
520	29	52	18

19

1º. Ensalada de pasta.

2º. Salteado de pollo con verduras.

• Fruta natural / Pan

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
596	51	66	13

20

1º. Moros y cristianos.

2º. Filete de fogonero al horno con papas sancochadas.

• Fruta natural / Pan

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
559	28	91	9

21

1º. Potaje de berros.

2º. Pizza de jamón y atún..

• Yogur / Pan

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
502	26	64	18

24

1º. Purrusalda.

2º. Arroz a la marinera.

• Fruta natural / Pan.

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
438	14	77	9

25

1º. Crema de guisantes.

2º. Tacos de fogonero con mojo verde y papas sancochadas.

• Fruta natural / Pan

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
406	20	47	16

26

1º. Judías, papas y fideos.

2º. Muslo de pollo en salsa con verduras.

• Fruta natural / Pan.

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
433	30	63	7

27

1º. Puré de espinacas.

2º. Tallarín thai.

• Fruta natural / Pan.

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
427	16	75	8

28

1º. Sopa mixta.

2º. Estofado de carne con papas.

• Yogur / Pan

Calorías	Prot.	H.C.	Lípidos
999	54	64	59