

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

07

**FESTIVO
HOLIDAY**

08

ESPIRALES CON TOMATE
NAPOLITAN PASTA SPIRALS
HUEVOS MOLL/VILLARROY EGGS
CHAMPIÑONES SALTEADOS/MUSHROOMS
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
WATER, BREAD, FRUIT, MILK
KCAL: 698.46 LIP: 23.43
PROT: 31.54 HC: 94.75

09

ALUBIAS BLANCAS A LA RIOJANA
WHITE BEANS IN RIOJANA STYLE
BACALAO CON TOMATE/ ARROZ PILAW
COD IN TOMATO SAUCE WITH PILAW RICE
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
WATER, BREAD, FRUIT, MILK
KCAL: 673.03 LIP: 21.98
PROT: 47.87 HC: 74.85

10

ARROZ A LA MILANESA/MILANESE RICE
TORTILLA DE QUESO/ CHEESE OMELETTE
ENSALADA DE LECHUGA/ SALAD
AGUA, PAN, FRUTA O POSTE LÁCTEO
WATER, BREAD, FRUIT, DAIRY DESSERT
KCAL: 573.95 LIP: 16.55
PROT: 34.18 HC: 73.72

11

GUISANTES SALTEADOS CON JAMÓN
GREEN PEAS WITH HAM
POLLO ASADO EN SU JUGO/PATATAS FRITAS
ROASTED CHICKEN FILLET WITH CHIPS
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
WATER, BREAD, FRUIT, MILK
KCAL: 745.50 LIP: 23.91
PROT: 30.58 HC: 104.30

14

ARROZ CON POLLO/RICE WITH CHICKEN
CAELLA CON TOMATE/ PATATAS VAPOR
CAELLA CUBES IN TOMATO SAUCE/CHIPS
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
WATER, BREAD, FRUIT, MILK
KCAL: 770.56 LIP: 34.57
PROT: 24.73 HC: 94.84

15

LENTEJAS CON VERDURAS
LENTILS IN STEW WITH VEGETABLES
TORTILLA DE PATATAS/POTATOS OMELETTE
ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN/SALAD
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
WATER, BREAD, FRUIT, MILK
KCAL: 821.60 LIP: 33.71
PROT: 46.36 HC: 88.40

16

CODITOS CON FRANFURT
MACARONNI WITH SAUSAGES
MERLUZA AL HORNO/ENSALADA TOMATE
BAKED HAKE WITH TOMATO SALAD
AGUA, PAN FRUTA Y LECHE
WATER, BREAD, FRUIT, MILK
KCAL: 711.87 LIP: 24.44
PROT: 35.14 HC: 89.12

17

SOPA DE COCIDO/COCIDO SOUP
COCIDO COMPLETO/ FULL STEW
(CARNE, POLLO, CHORIZO)
(CHIKPEAS, CHICKEN, VEGETABLES)
AGUA, PAN, FRUTA O POSTE LÁCTEO
WATER, BREAD, FRUIT, DAIRY DESSERT
KCAL: 821.60 LIP: 33.71
PROT: 46.36 HC: 88.40

18

CREMA DE CALABAZA CON PICATOSTES
ESTOFADO DE PAVO/ PATATAS FRITAS
TURKEY STEW WITH CHIPS
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 573.95 LIP: 16.55
PROT: 34.18 HC: 73.72

21

ESPAGUETIS CARBONARA
PASTA IN CARBONARA SAUCE
RABAS DE CALAMAR REBOZADAS/ENSALADA
SKIDS IN ROMAN STYLE WITH SALAD
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
WATER, BREAD, FRUIT, MILK
KCAL: 770.56 LIP: 34.57
PROT: 24.73 HC: 94.84

22

ALUBIAS PINTAS CON CHORIZO
PINTO BEANS IN STEW WITH SAUSAGE
HAMBURGUESA DE TERNERA
ENSALADA DE TOMATE
BEEF HAMBUGUER WITH TOMATO SALAD
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 821.60 LIP: 33.71
PROT: 46.36 HC: 88.40

23

ARROZ A BANDA/RICE WITH SEAFOOD
TORTILLA FRANCESA/OMELETTE WITH SALAD
ENSALADA DE TOMATE Y MAÍZ
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
WATER, BREAD, FRUIT, MILK
KCAL: 821.60 LIP: 33.71
PROT: 46.36 HC: 88.40

24

MENESTRA DE VERDURAS
MIXED VEGETABLES SAUTEED
POLLO AL CHILINDRÓN/PATATAS FRITAS
CHICKEN IN SAUCE WITH CHIPS
AGUA, PAN, FRUTA O POSTE LÁCTEO
WATER, BREAD, FRUIT, DAIRY DESSERT
KCAL: 762.75 LIP: 40.35
PROT: 16.22 HC: 83.70

25

GUIZO DE PATATAS CON MAGRO
BOILED POTATOS WITH LEAN PORK
PALOMETA EN Salsa DE TOMATE
BUTTERFISH BAKED IN SAUCE WITH RICE
ARROZ PILAW
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 613.70 LIP: 45.34
PROT: 28.29 HC: 73.22

28

CANELONES DE CARNE CON BECHAMEL
MEAT CANELONNI
TAQUITOS DE RAPE A LA ANDALUZA
MONKFISH IN ANDALUSIAN STYLE
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ATÚN
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 499.38 LIP: 16.77
PROT: 26.77 HC: 55

29

CREMA DE CALABACÍN/COURGETTE CREAM
LOMO EN Salsa CON VERDURITAS
PORK LOIN IN VEGETABLES SAUCE
ESPIRALES BLANCOS SALTEADOS
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 527.31 LIP: 14.45
PROT: 27.61 HC: 66

30

LENTEJAS CON CHORIZO
LENTILS IN STEW WITH SAUSAGE CHORIZO
LIMANDA AL LIMÓN/ARROZ SALTEADO
BAKED LIMANDA IN LEMON SAUCE
AGUA, PAN, FRUTA Y LECHE
KCAL: 685.13 LIP: 21.97
PROT: 19.27 HC: 81

31

PAELLA MIXTA/MIXED PAELLA
TORTILLA FRANCESA/ OMELETTE
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
AGUA, PAN, FRUTA O POSTE LÁCTEO
WATER, BREAD, FRUIT, DAIRY DESSERT
KCAL: 672.01 LIP: 18.11
PROT: 33.26 HC: 88