
























































## Alergia e intolerancia al **LECHE, LACTOSA Y DERIVADOS**

Lunes Monday	Martes Tuesday	Miércoles Wednesday	Jueves Thursday	Viernes Friday
	<p>¡Disfruta con nosotros de "Un comedor de película"!</p> <p>Síguenos en  y entérate de nuestras actividades</p>			<p>1 726 Kcal 37,2 Prot 36,4 Lip 56,9 Hc</p> <p><b>Sopa de picadillo con estrellitas</b>  <i>Chicken broth with chicken and bread pieces</i></p> <p><b>Palometa a la andaluza con ensalada +S</b>  <i>Fried fish with salad</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>
<p>04 747 Kcal 30,1 Prot 33,6 Lip 73,5 Hc</p> <p><b>Macarrones a la boloñesa</b>  <i>Spaguetti with tomato</i></p> <p><b>Calamares (rabas de calamar) a la romana con ensalada +S</b>  <i>fried squid with salad</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>05 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc</p> <p><b>Crema de verduras frescas+S</b>  <i>Cream of vegetables</i></p> <p><b>Merluza con ensalada+S</b>  <i>Hake pie with salad</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>06 617 Kcal 27,3 Prot 25,9 Lip 65 Hc</p> <p><b>Alubias blancas estofadas con verduras +S</b> <i>Beans with vegetables</i></p> <p><b>Huevos a la flamenca</b>  <i>Baked eggs with ham and pea</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>07 749 Kcal 37,8 Prot 38,3 Lip 56,7 Hc</p> <p><b>Coliflor al horno +S</b> <i>Cauliflower roasted</i></p> <p><b>Albóndigas a la jardinera con patatas</b>  <i>Meatball with chips</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>08 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc</p> <p><b>Sopa de cocido con fideos</b>  <i>Chicken broth with chicken and bread pieces</i></p> <p><b>Cocido completo (garbanzos, hortalizas y carne) +S</b>  <i>Cocido madrileño (chickpea-based stew)</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>
<p>11 720 Kcal 32,7 Prot 38,3 Lip 58,9 Hc</p> <p><b>Crema de guisantes+S</b>  <i>Cream of peas</i></p> <p><b>Filete de Sajonia con zanahoria asada +S</b>  <i>tenderlaid with carrots</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>12 679 Kcal 36,6 Prot 34,5 Lip 49 Hc</p> <p><b>Patatas con bacalao+S</b>  <i>Stewed potatoes with cod</i></p> <p><b>Huevos con champiñón y virutas de pavo+S</b>  <i>Baked eggs with turkey and mushroom</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>13 778 Kcal 38,6 Prot 38,4 Lip 68,2 Hc</p> <p><b>Paella+S</b>  <i>Paella</i></p> <p><b>Ventresca de bacalao a la romana con ensalada+S</b>  <i>Roasted cod with salad</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>14 706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc</p> <p><b>Salteado de verduras tiernas +S</b> <i>Sautéed from tender vegetables</i></p> <p><b>Pollo asado con lechuga, tomate y maíz</b> <i>Roasted Chicken with chips</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>15 699 Kcal 26,6 Prot 36,3 Lip 62,6 Hc</p> <p><b>Lentejas guisadas con verduras +S</b>  <i>Lentil stew</i></p> <p><b>Rape en salsa marinera con patata hervida</b>  <i>Monkfish in seafood sauce with boiled potato</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>
<p>18 717 Kcal 39,3 Prot 32,9 Lip 65,7 Hc</p> <p><b>Fideuá</b>  <i>Fideuá</i></p> <p><b>Bienmesabe con ensalada +S</b>  <i>Marinated dogfish with salad</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>19 706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc</p> <p><b>Alubias pintas con chorizo +S</b>  <i>Beans with vegetables</i></p> <p><b>Tortilla de calabacín con ensalada</b>  <i>Zucchini Omelet and salad</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>20 624 Kcal 36 Prot 32,8 Lip 43,8 Hc</p> <p><b>Crema de brócoli+S</b>  <i>Cream of broccol</i></p> <p><b>Merluza con patatas +S</b>  <i>Hake with Chips</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>21 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc</p> <p><b>Sopa de la marmita con fideos</b>  <i>Chicken broth with chicken and bread pieces</i></p> <p><b>Segundo vuelco del cocido (garbanzos, hortalizas y carne)+S</b>  <i>Cocido madrileño (chickpea-based stew)</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>22 748 Kcal 44,8 Prot 22,7 Lip 83,6 Hc</p> <p><b>Acelgas salteadas al ajorriero+S</b> <i>Chard sauteed with boiled potatoes</i></p> <p><b>Muslitos de pollo a la cazadora con arroz integral</b> <i>Roasted Chicken with brown rice</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>
<p>25 617 Kcal 27,3 Prot 25,9 Lip 65 Hc</p> <p><b>Lentejas de la abuela+S</b>  <i>Lentil stew</i></p> <p><b>Ventresca de merluza al horno con guisantes+S</b>  <i>Roasted hake with pea</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>26 778 Kcal 38,6 Prot 38,4 Lip 68,2 Hc</p> <p><b>Coditos con tomate</b>  <i>Pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>Pavo con ensalada+S</b>  <i>Turkey with salad</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>27 681 Kcal 34,9 Prot 31,6 Lip 64 Hc</p> <p><b>Crema de zanahorias y puerro+S</b>  <i>Cream of carrots</i></p> <p><b>Ternera estofada con patatas dado</b> <i>Beef ragout with potatoes</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>28 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc</p> <p><b>Sopa de la marmita con fideos</b>  <i>Chicken broth with chicken and bread pieces</i></p> <p><b>Segundo vuelco del cocido (garbanzos, hortalizas y carne)+S</b>  <i>Cocido madrileño (chickpea-based stew)</i></p> <p><b>Fruta fresca y pan</b>  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	