



## Alergia e intolerancia al CERDO

Lunes Monday		Martes Tuesday		Miércoles Wednesday		Jueves Thursday		Viernes Friday	
01	681 Kcal 34,9 Prot 31,6 Lip 64 Hc	02	720 Kcal 32,7 Prot 38,3 Lip 58,9 Hc	03	679 Kcal 36,6 Prot 34,5 Lip 49 Hc	04	717 Kcal 39,3 Prot 32,9 Lip 65,7 Hc	05	706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc
<b>Crema dubarry +S</b> dubarry cream <b>Filetes rusos a la hortelana con arroz integral</b> Hamburguer with brown rice <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread		<b>Alubias pintas estofadas con verdura +S</b> Beans stew <b>Emperador a la plancha con ensalada</b> Fish seafood sauce with salad <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread		<b>Acelgas salteadas salteadas+S</b> Chard sauteed with boiled potatoes <b>Pollo asado con patatas +S</b> Roasted Chicken with chips <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread		<b>Espaguetis a la boloñesa +S</b> Spaguetis boloñesa <b>Ventresca de merluza al horno con verduras+S</b> Roasted hake with vegetables <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread		<b>Lentejas a la hortelana</b> Lentil stew <b>Tortilla española con salsa de tomate</b> Spanish omelette and tomato sauce <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread	
08	679 Kcal 36,6 Prot 34,5 Lip 49 Hc	09	706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc	10	726 Kcal 37,2 Prot 36,4 Lip 56,9 Hc	11	617 Kcal 27,3 Prot 25,9 Lip 65 Hc	12	
<b>Cine musical</b> <b>Baile de veduritas tiernas La la land +S</b> Sautéed from tender vegetables <b>Hamburguesa "Grease" con patatas</b> Hamburguer with cheese and chips <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread		<b>Cine fantástico</b> <b>Alubias marciañas (alubias con verduras)+S</b> Beans with vegetables <b>Asteroides gratinados con atún y queso +S</b> (Huevos gratinados) Baked eggs with tuna and cheese <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread		<b>Cine de terror</b> <b>Arroz terrorífico</b> Paella <b>Tiburón con ensalada +S</b> (Cazón en adobo) Roasted hake with vegetables <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread		<b>Cine de animación</b> <b>Sopa de la marmita de Asterix</b> Chicken broth with chicken and bread piece. <b>Chicken run (Pollo asado con patatas)</b> Roasted Chicken with chips <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread		<b>NO LECTIVO</b> NO LECTIVE	
15		16		17		18		19	
<b>NO LECTIVO</b> NO LECTIVE		<b>NO LECTIVO</b> NO LECTIVE		<b>NO LECTIVO</b> NO LECTIVE		<b>FESTIVO</b> FESTIVE		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>¡Disfruta con nosotros de "Un comedor de película"! ¡Este mes además con nuestra semana cultural! Síguenos en  y entérate de nuestras actividades v concursos</p> </div> 	
22		23	747 Kcal 30,1 Prot 33,6 Lip 73,5 Hc	24	706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc	25	624 Kcal 36 Prot 32,8 Lip 43,8 Hc	26	692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc
<b>NO LECTIVO</b> NO LECTIVE		<b>Espaguetis pomodoro +S</b> Spaguetis with tomato sauce <b>Merluza al horno con champiñón+S</b> Pie hake with mushroom <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread		<b>Lentejas estofadas con verduras +S</b> Lentil stew <b>Tortilla de atún con ensalada</b> Ham Omelette and salad <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread		<b>Judías verdes salteadas +S</b> Green beans sautéed <b>Ragout de ternera con patatas</b> Beef ragout with chips <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread		<b>Sopa de la marmita con fideos</b> Chicken broth with chicken and bread pieces <b>Segundo vuelco del cocido (garbanzos, hortalizas y carne)+S</b> Cocido madrileño (chickpea-based stew) <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread	
29	778 Kcal 38,6 Prot 38,4 Lip 68,2 Hc	30	748 Kcal 44,8 Prot 22,7 Lip 83,6 Hc						
<b>Patatas con verdura</b> Stewed potatoes with vegetables <b>Bacalao marinera con verduritas tiernas +S</b> Sausage cod with vegetables <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread		<b>Judías pintas con arroz +S</b> Beans with vegetables <b>Tortilla de bonito con ensalada</b> Tuna omelette and salad <b>Fruta fresca y pan</b> Fresh fruit and bread							