

Alergia e intolerancia al **PROTEINA DE LA LECHE, LACTOSA Y DERIVADOS**

Lunes Monday	Martes Tuesday	Miércoles Wednesday	Jueves Thursday	Viernes Friday
			01 676 Kcal 35,8 Prot 27,2 Lip 69,9 Hc	02 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc
			Macarrones boloñesa  Macarroni bolognese sauce Perca al horno con guisantes  Baked Fish with peas Fruta fresca y pan integral  Fresh fruit and Wholemeal bread	Sopa de marmita  Soup with pasta Cocido completo+S  chickpea-based stew Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread
05 618,9 Kcal 34,5 Prot 96,9 Lip 196,2 Hc	06 720 Kcal 3,4 Prot 41,3 Lip 96,2 Hc	07 749 Kcal 37,8 Prot 38,3 Lip 56,7 Hc	08 748 Kcal 44,8 Prot 22,7 Lip 83,6 Hc	09 653,8 Kcal 44,1 Prot 116,7 Lip 334,3 Hc
Lentejas estofadas con verduras+S  Lentil stew Huevos gratinados con tomate, jamón y guisantes  Eggs au gratin with tomato, ham and peas Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Arroz tres delicias  Fried rice three delights Salmon al horno con ensalada +S  Salmon with salad Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Patatas estofadas con bacalao  Stewed potatoes with cod Salchichas frankfurt con salsa de tomate +S  Sausage with tomato sauce Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Coliflor salteada +S  Coliflower sautéed Muslitos de pollo en salsa con arroz  Chicken with Brown rice Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Alubias blancas estofadas con verdura+S  Beans stewed with vegetables Merluza a la plancha con ensalada +S  Breaded squid with salad Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread
12	13 669 Kcal 33,9 Prot 26,3 Lip 69,2 Hc	14 706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc	15 642 Kcal 22,4 Prot 29,6 Lip 69,6 Hc	16 572,3 Kcal 43,2 Prot 61,4 Lip 33,5 Hc
FESTIVO FESTIVE	Conchitas con salsa de tomate  Macarroni with tomato sauce Merluza empanada con champiñón S  Baked hake with salad Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Salteado de verduras+S  sauteed vegetables Ternera a la jardinera con patatas  Beef ragout with chips Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Judías pintas con chorizo +S  Beans stewed with sausage Tortilla española con ensalada  Spanish omelet with salad Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Crema de calabaza+S  Pumpkin cream Pollo asado con zanahorias  Chicken with chips Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread
19 717 Kcal 39,3 Prot 32,9 Lip 65,7 Hc	20 726 Kcal 37,2 Prot 36,4 Lip 56,9 Hc	21 699 Kcal 26,6 Prot 36,3 Lip 62,6 Hc	22 778 Kcal 38,6 Prot 38,4 Lip 68,2 Hc	23 679 Kcal 36,6 Prot 34,5 Lip 49 Hc
Lentejas de la abuela+S  Lentil stew Tortilla de jamón con ensalada  Ham omelet with salad Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Salteado de verduras+S  sauteed vegetables Halibut al horno con ensalada +S  fish with salad Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Sopa de picadillo con estrellitas  Soup with chopped egg and pasta Pollo en salsa con patatas fritas  Roasted Chicken with chips Fruta fresca y pan integral  Fresh fruit and Wholemeal bread	Judías verdes con tomate+S  Green beans sautéed with tomato sauce Albóndigas a la hortelana con arroz hervido  Meatballs in sauce with vegetables and boiled rice Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Paella con pollo y verduras  Paella Sardinillas con base de lechuga y rodajas de tomate+S  Sardines with lettuce and tomato slices Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread
26 617 Kcal 27,3 Prot 25,9 Lip 65 Hc	27 642 Kcal 22,4 Prot 29,6 Lip 69,6 Hc	28 747 Kcal 30,1 Prot 33,6 Lip 73,5 Hc	29 690 4 Kcal 27,7 Prot 57 Lip 35 Hc	30 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc
Guisantes salteados con jamón +S  Peas sauteed with ham Cinta de lomo a la plancha con patatas  Grilled pork loin with chips Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Arroz con tomate  Rice with tomato sauce Merluza a la andaluza con ensalada +S  Fried hake with salad Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Fideuá de marisco  Fideuá Seafood Huevos rellenos de atún con cama de lechuga y maíz +S  Eggs stuffed with ham with a bed of lettuce and corn Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Crema de verduras +S  Vegetables cream Escalope de pollo empanado con ensalada  Chicken with salad Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread	Sopa de marmita  Soup with pasta Cocido completo +S  chickpea-based stew Fruta fresca y pan  Fresh fruit and bread