



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
			1 Garbanzos estofados Salchichas frescas al horno con ensalada tropical Fruta y pan (sin gluten)	2 Arroz con tomate Merluza al horno con lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	Kcal: 361 HC: 51 Prot: 14 Lip: 13
5 <b>FESTIVO</b>	6 Sopa de ave con pasta (sin gluten) Merluza a la plancha con ensalada de tomate Postre lácteo y pan (sin gluten)	7 Alubias blancas estofadas Bistec de magro a la plancha con lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten)	8 Judías verdes con patatas Pollo asado al jugo con manzana y cebolla Fruta y pan (sin gluten)	9 Patatas guisadas Bacalao al horno con pisto Fruta y pan (sin gluten)	Kcal: 193 HC: 20 Prot: 12 Lip: 9
12 Lentejas estofadas Merluza a la romana (sin gluten) con lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	13 Crema de verduras Bistec de magro a la plancha con lechuga y tomate Postre lácteo y pan (sin gluten)	14 Acelgas salteadas con bacon Bistec a la plancha con ensalada tropical Fruta y pan (sin gluten)	15 Sopa de arroz Pollo asado al jugo con ensalada Postre lácteo y pan (sin gluten)	16 Arroz con tomate Tortilla francesa con ensalada Fruta y pan (sin gluten)	Kcal: 142 HC: 20 Prot: 4 Lip: 7
19 Judías verdes con patatas Bacalao al horno con tomate Fruta y pan (sin gluten)	20 Garbanzos estofados Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Postre lácteo y pan (sin gluten)	21 Sopa de pasta (sin gluten) Hamburguesa a la plancha con patatas dado Fruta y pan (sin gluten)	22 Marmitako de atún Pollo asado con lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	23 Arroz con verduras Pescado a la andaluza (sin gluten) con ensalada de tomate Fruta y pan (sin gluten)	Kcal: 154 HC: 26 Prot: 6 Lip: 7
26 Pasta (sin gluten) con verduras Tortilla francesa con ensalada tropical Fruta y pan (sin gluten)	27 Crema de calabacín Pinchos morunos con arroz pilaf Postre lácteo y pan (sin gluten)	28 Paella mixta Merluza a la plancha con lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	29	30	Kcal: 296 HC: 39 Prot: 10 Lip: 12