

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|--|--|--|--|---|
| | 1 KCal. 1216 H.C. 155 Lip. 37 P. 65 LENTEJAS CON COSTILLA FAJITA CON BOLONESA DE SOJA Y ZANAHORIA BABY HAMBURGUESA DE COLIFLOR Y QUESO • ENSALADA CON TOPPING BROTES DE LECHUGAS CON COL BLANCA Y MAIZ FRUTA O LÁCTEO | 2 KCal. 866 H.C. 74 Lip. 52 P. 26 SOPA DE ARROZ CON CALDO DE POLLO Y GARBANZOS MERLUZA AL LIMÓN • BRÓCOLI MAGRO CON CHAMPIÑONES • ENSALADA CON TOPPING PALITOS DE ZANAHORIA Y PIMIENTO ROJO FRUTA O LÁCTEO | 3 KCal. 720 H.C. 61 Lip. 39 P. 33 CREMA DE CALABACÍN LOMO AL HORNO CON PISTO DE HORTALIZAS • GUISANTES ECOLÓGICOS BACALAO GRATINADO • ENSALADA CON TOPPING RODAJAS DE TOMATE Y PEPINO CON ORÉGANO FRUTA O LÁCTEO | 4 KCal. 966 H.C. 103 Lip. 42 P. 50 POTAJE DE GARBANZOS PECHUGA DE POLLO ASADA • SALTEADO DE CALABAZA ABADEJO EN SALSA MERY • ENSALADA CON TOPPING ESCAROLA CON TOMATE Y PEREJIL FRUTA O LÁCTEO |
| 7 KCal. 954 H.C. 69 Lip. 60 P. 35 GUISADO DE LA HUERTA TORTILLA CON ATÚN • PATATAS FRITAS MAGRO EN SALSA DE TOMATE • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS FRUTA O LÁCTEO | 8 KCal. 842 H.C. 102 Lip. 35 P. 34 SOPA DE COCIDO CON CALDO CASERO / COCIDO COMPLETO ENSALADA CON LECHUGA, COL LOMBARDA Y BROTES DE SOJA FRUTA O LÁCTEO | 9 KCal. 1304 H.C. 105 Lip. 81 P. 44 PASTA CARBONARA ABADEJO ASADO • COLIFLOR SALTEADA NUGGETS DE POLLO • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA CON LECHUGA, APIO Y ACEITUNAS FRUTA O LÁCTEO | 10 KCal. 1030 H.C. 73 Lip. 71 P. 27 CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA ALBÓNDIGAS DE TERNERA Y CERDO CON TOMATE Y VERDURAS • CHAMPIÑONES TORTILLA CON CEBOLLA • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA DE COL CON SALSA DE YOGUR FRUTA O LÁCTEO | 11 KCal. 906 H.C. 124 Lip. 32 P. 35 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS PIZZA MARGARITA CASERA • CALABACÍN ASADO BACALAO ASADO • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA FRUTA O LÁCTEO |
| 14 KCal. 1001 H.C. 104 Lip. 49 P. 41 POTAJE DE GARBANZOS CON HORTALIZAS FILETE DE MERLUZA ASADA • JUDIAS VERDES PANINI DE JAMÓN Y QUESO • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA JULIANA DE VERDURAS FRUTA O LÁCTEO | 15 KCal. 1129 H.C. 126 Lip. 59 P. 30 ARROZ BLANCO JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY • VERDURAS ASADAS HUEVOS AL GRATEN • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA FRUTA O LÁCTEO | 16 KCal. 1118 H.C. 96 Lip. 63 P. 42 CANELONES DE ATÚN TORTILLA CON QUESO • CHIPS VEGETALES HAMBURGUESA MIXTA • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA DE TEMPORADA FRUTA O LÁCTEO | 17 KCal. 875 H.C. 93 Lip. 38 P. 43 GUISADO DE POLLO GALLINETA A LA PROVENZAL • CALABACÍN ASADO HAMBURGUESA DE COLIFLOR Y QUESO • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y PIÑA FRUTA O LÁCTEO | 18 KCal. 1096 H.C. 140 Lip. 39 P. 49 OLLETA ALICANTINA (alubias, lentejas, patata, arroz) SOLOMILLO BRASEADO CON MANZANA • PATATAS FRITAS FILETE DE ATÚN EN SALSA DE TOMATE • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, COL LOMBARDA Y PERA FRUTA O LÁCTEO |
| 21 KCal. 2176 H.C. 154 Lip. 145 P. 70 GARBANZOS CON TIRAS DE POTA CALAMARES ANDALUZA CON MENESTRA • COUS COUS LOMO ASADO • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE, COL BLANCA Y MAÍZ FRUTA O LÁCTEO | 22 KCal. 921 H.C. 74 Lip. 52 P. 41 PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA POLLO AL HORNO TORTILLA DE PATATAS • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA MURCIANA CON PATATA FRUTA O LÁCTEO | 23 KCal. 1093 H.C. 111 Lip. 53 P. 48 LENTEJAS CON CHORIZO MERLUZA A LA ANDALUZA CASERA • BERENJENA ASADA PECHUGA DE POLLO ASADA • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS FRUTA O LÁCTEO | 24 KCal. 1016 H.C. 117 Lip. 50 P. 31 ARROZ CON TOMATE LONGANIZAS • CHAMPIÑONES BACALAO ASADO • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA DE LA HUERTA FRUTA O LÁCTEO | 25 KCal. 1090 H.C. 117 Lip. 55 P. 37 TIBURONES CON PISTO DE HORTALIZAS TORTILLA CON QUESO • CHIPS VEGETALES MERLUZA A LA PLANCHA • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS FRUTA O LÁCTEO |
| 28 KCal. 658 H.C. 72 Lip. 30 P. 26 SOPA DE PICADILLO LOMO ADOBADO CON TOMATE • PATATAS FRITAS ABADEJO ASADO • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA JULIANA DE VERDURAS FRUTA O LÁCTEO | 29 KCal. 1235 H.C. 117 Lip. 65 P. 51 LENTEJAS CON CHORIZO TORTILLA DE PATATAS • JUDIAS VERDES PECHUGA DE POLLO ASADA • ENSALADA CON TOPPING BROTES DE LECHUGAS CON COL BLANCA Y MAIZ FRUTA O LÁCTEO | 30 KCal. 1165 H.C. 122 Lip. 52 P. 56 MACARRONES BOLONESA BACALAO EN SALSA DE PIMIENTOS • BRÓCOLI MAGRO CON CHAMPIÑONES • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA CON LECHUGA, ACEITUNAS Y TOMATE FRUTA O LÁCTEO | 31 KCal. 1255 H.C. 120 Lip. 65 P. 47 PURÉ DE ALUBIAS CON PUERRO Y CALABAZA ALBÓNDIGAS CASERAS DE TERNERA Y CERDO CON COUS COUS ABADEJO A LA PROVENZAL • ENSALADA CON TOPPING ENSALADA DE TEMPORADA FRUTA O LÁCTEO | |