



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Pollo en salsa con arroz. Fruta</p> <p>E: 173Kcal; P: 9,7g; HC: 20,9; F: 5,6g; L: 4,4g</p> <p>CENA: verdura, huevo, pieza fruta.</p>	<p>Patatas guisadas con ternera. Fruta</p> <p>E:404,4Kcal; P= 12g; HC= 32,5g; L= 19,1g; F= 8,5g</p> <p>CENA: pasta, pescado, pieza fruta</p>	<p>Lentejas con verduras y solomillito de pollo Fruta</p> <p>E: 199,2Kcal; P:12,5g; HC:20,3g; F: 7g; L: 1,8g</p> <p>CENA: patatas, carne, pieza fruta</p>	<p>Puré de verduras y pescado al horno. Fruta.</p> <p>E: 250Kcal; P: 12,6g; HC: 35,2g; L: 21,3g; F: 5,9g</p> <p>CENA: verduras, huevo, pieza fruta,</p>	<p>Espaguetis con verdura y pollo con tomate Fruta.</p> <p>VN: 346Kcal;P: 13,2g; HC: 54,7g; L: 9,8g; F: 4,6g</p> <p>CENA: patatas, pescado, pieza fruta,</p>
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Lentejas a la casera y albóndigas Fruta</p> <p>E= 309KCal; P=24,2g; HC= 47,9g; L= 11,2g; F= 9g</p> <p>CENA: verdura-carne, pieza fruta,</p>	<p>Puré de calabacín y cinta de lomo fresca Fruta.</p> <p>V.N.:358,4 Kcal; P: 18,8gH.C.:19,64g; L:10,9g; F:3,5g</p> <p>CENA: pasta, pescado, pieza fruta,</p>	<p>Sopa de cocido. Cocido madrileño Fruta</p> <p>V.N.: 325,2Kcal; P: 13,8g; HC: 28,9g; F: 8,8g; L: 5,5g</p> <p>CENA: verdura, huevo, pieza fruta,</p>	<p>Pescado en salsa de tomate y arroz blanco. Fruta.</p> <p>E= 303,6 Kcal; P=12,05g; HC=15,3g; L= 20,47g; F=2,2g</p> <p>CENA: patatas, carne pieza fruta,</p>	<p>Espirales boloñesa, huevo y hamburguesa Fruta</p> <p>VN: 332kCal.; P:21,9g; HC: 38,5g; F:6,4g; L: 11,5g</p> <p>CENA: verdura, pescado, pieza fruta</p>
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Crema de zanahoria y salchichas frescas Fruta</p> <p>E= 345 Kcal; P: 15,4g; H.C.: 29,8g; F: 2,9g; L:32,2g</p> <p>CENA: pasta, pescado, pieza fruta</p>	<p>Albóndigas con tomate y patatas fritas. Fruta.</p> <p>VN: 173Kcal; P 9,7g; HC: 20,9G; F: 5,6g; L: 4,4g</p> <p>CENA: verduras, carne, pieza fruta,</p>	<p>Lentejas guisadas y cinta de lomo. Fruta</p> <p>VN:467g; P: 24,4g; HC=30g; L: 19,7g; F: 3,5g</p> <p>CENA: pasta, huevo, pieza fruta</p>	<p>Paella de atún. Fruta.</p> <p>E: 294,4Kcal; P: 7,8gH.C.:51,3g; L:1,7g; F: 14g</p> <p>CENA: patatas, carne, pieza fruta</p>	<p>Macarrones con picadillo de pollo, huevo y solomillito de pollo.</p> <p>VN: 383,4Kcal; P: 18,22g; HC: 39,76; L: 16,36g; F: 2,34g</p> <p>CENA: verdura, pescado, pieza fruta.</p>
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Lentejas con arroz y filete de pavo Fruta</p> <p>VN: 408,5Kcal; P: 20,1g; HC: 745g; L: 14,5g; F: 9,4g</p> <p>CENA: verdura, carne, pieza fruta</p>	<p>Pollo asado en su jugo con patatas fritas. Fruta.</p> <p>VN: 237,2 Kcal; P: 10,2g; HC: 18,1g L: 12,9g; F: 4,1g.</p> <p>CENA: patatas y pescado, pieza fruta.</p>	<p>Sopa de cocido. Cocido madrileño Fruta</p> <p>V.N.: 325,2Kcal; P: 13,8g; HC: 28,9g; F: 8,8g; L: 5,5g</p> <p>CENA: verdura, huevo, pieza fruta</p>	<p>Paella de <u>pescado</u> y pollo. Fruta.</p> <p>V.N.:242,4Kcal; P: 18,3gH.C.:18,2g; L:21g; F: 7,9g.</p> <p>CENA: patatas, carne, pieza fruta</p>	<p>Tiburones con chorizo y filete de pollo. Fruta.</p> <p>E= 401 Kcal; P=16,8g; HC= 59 g;L= 11,2g; F= 5,8g</p> <p>CENA: patatas, pescado, pieza fruta</p>