



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>Puré de calabacín y filete de Sajonia.</b> <b>Yogurt.</b></p> <p>V.N.: 488,4Kcal; P: 28,7g;HC: 16,3g; L: 29,7g; F: 3,9g.</p> <p>CENA: verdura, carne, pieza de fruta y vaso de leche.</p>	<p><b>Patatas guisadas con ternera.</b> <b>Fruta</b></p> <p>E:404,4Kcal; P= 12g; HC= 32,5g; L= 19,1g; F= 8,5g</p> <p>CENA: pasta, pieza de fruta, vaso de leche</p>	<p><b>Lentejas a la casera y San Jacobo</b> <b>Yogurt.</b></p> <p>VN:471,7g; P: 27,84g; HC=34,8g; L: 22,6g; F: 0,5g</p> <p>CENA: patatas, pescado, pieza fruta y vaso leche.</p>	<p><b>Paella de ternera y pescado.</b> <b>Fruta.</b></p> <p>E: 254Kcal; P:18,3g; HC: 32,8g; F: 7,1g; L: 24g.</p> <p>CENA: verduras, carne , pieza fruta, vaso leche</p>	<p><b>Espirales con picadillo de pollo, huevo y cinta de pavo.</b> <b>Postre lácteo.</b></p> <p>VN: 383,4Kcal; P:18,22g; HC: 39,76; L:16,36g; F: 2,34g</p> <p>CENA: patatas, pescado, pieza fruta, vaso leche</p>
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>Lentejas guisadas y nuggets.</b> <b>Yogurt.</b></p> <p>E= 520,6Kcal; P= 22,3g; HC=58,76g; L= 15,5g; F= 3,9g</p> <p>CENA: verdura-carne, pieza fruta, vaso leche</p>	<p><b>Pollo en salsa con arroz.</b> <b>Fruta</b></p> <p>E: 173Kcal; P: 9,7g; HC: 20,9; F: 5,6g; L: 4,4g</p> <p>CENA: pasta, pescado, pieza fruta, vaso leche</p>	<p><b>Sopa de cocido. Cocido madrileño</b> <b>Yogurt.</b></p> <p>V.N.: 325,2Kcal; P: 13,8g; HC: 28,9g; F: 8,8g; L: 5,5g</p> <p>CENA: verdura, carne, pieza fruta, vaso leche</p>	<p><b>Paella de <u>pescado</u> y pollo.</b> <b>Fruta.</b></p> <p>V.N.:242,4Kcal; P: 18,3gH.C.:18,2g; L.:21g; F: 7,9g.</p> <p>CENA: patatas, carne pieza fruta, vaso leche</p>	<p><b>Tiburones boloñesa, <u>huevo</u> y croquetas de jamón.</b> <b>Postre lácteo.</b></p> <p>V.N.: 354Kcal; P:18,2g H.C.:30g; L: : 16,8g; F: 2,6g.</p> <p>CENA: verdura, pescado, pieza fruta y vaso leche</p>
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>Crema de zanahoria y filete de Sajonia</b> <b>Yogurt.</b></p> <p>E= 467,6Kcal; P=21,55g; HC= 48,89g;L= 18,8g; F= 8,34g CENA: pasta, pescado, pieza fruta y vaso leche</p>	<p><b>Albóndigas en salsa con patatas fritas.</b> <b>Fruta.</b></p> <p>E= 448,3Kcal; P=23,3g; HC= 22,3g; L=20g; F= 4,8</p> <p>CENA: verduras, carne, pieza fruta, vaso leche.</p>	<p><b>Lentejas con verduras y san Jacobo.</b> <b>Yogurt.</b></p> <p>VN:471,7g;P: 27,84g; HC=34,8g; L: 22,6g; F: 0,5g</p> <p>CENA: pasta, pescado, pieza fruta y vaso leche.</p>	<p><b>Pescado en salsa de tomate y arroz blanco.</b> <b>Fruta.</b></p> <p>VN: 256,4Kcal; P: 14,3g; HC: 17,8g L: 9,1g; F: 0,9g.</p> <p>CENA: patatas, carne, pieza fruta y vaso leche.</p>	<p><b>Espaguetis con verdura y nuggest</b> <b>Postre lácteo</b></p> <p>E: 437 Kcal; P: 15,9g; HC: 64,1g; F: 5,4 g y L: 12,4g</p> <p>CENA: verdura, pescado, pieza fruta y vaso leche.</p>
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>Lentejas con arroz y croquetas de jamón.</b> <b>Yogurt</b></p> <p>E= 467,6Kcal; P=21,55g; HC= 48,89g;L= 18,8g; F=8,34g</p> <p>CENA: verdura, carne, pieza fruta y vaso leche.</p>	<p><b>Lomo de cerdo en salsa con patatas fritas.</b> <b>Fruta</b></p> <p>VN: 233,8 Kcal; P: 15,75 g; HC: 14,2 g; G: 17,6g</p> <p>CENA: patatas y pescado, pieza de fruta y vaso leche.</p>	<p><b>Sopa de cocido. Cocido madrileño</b> <b>Yogurt</b></p> <p>V.N.: 325,2Kcal; P: 13,8g; HC: 28,9g; F: 8,8g; L: 5,5g</p> <p>CENA: pasta,huevo pieza fruta y vaso leche</p>	<p><b>Paella de <u>atún</u>.</b> <b>Fruta.</b></p> <p>V.N.: 394,4Kcal; P: 7,8g; HC: 35,3g; F: 14g; L: 1,7g</p> <p>CENA: patatas, carne, pieza fruta y vaso leche.</p>	<p><b>Macarrones con chorizo, huevo y hamburguesa</b> <b>Postre lácteo</b></p> <p>VN: E= 395 Kcal; P=14,8g; HC= 61 g;L= 13,2g; F= 5,8g</p> <p>CENA: patatas, pescado, pieza fruta y vaso leche.</p>