



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Puré de calabacín y chuleta Sajonia. Yogurt.</p> <p>V.N.: 488,4Kcal; P: 28,7g;HC: 16,3g; L: 29,7g; F: 3,9</p> <p>CENA: verdura, carne, pieza de fruta y vaso de leche.</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, pieza de fruta, vaso de leche</p>	<p>Lentejas con verduras y san Jacobo. Yogurt.</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>Paella de ternera y pescado. Fruta.</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>Espirales con picadillo de pollo, huevo y palitos de merluza Postre lácteo.</p> <p>V.N.: 354Kcal; P:18,2g H.C.:30g; L:16,8g; F: 2,6g</p> <p>CENA: patatas, pescado, pieza fruta, vaso leche</p>
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Lentejas guisadas y nuggets. Yogurt.</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>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: pasta, pescado, pieza fruta, vaso leche</p>	<p>Sopa de cocido. Cocido madrileño Yogurt.</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>Paella de pescado 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, vaso leche</p>	<p>Tiburones boloñesa, huevo y croquetas de jamón. Postre lácteo.</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	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Crema de zanahoria y Fiambre de York a la plancha Yogurt.</p> <p>V.N.: 399,4Kcal; P: 27,6g;HC: 17,4g; L: 31g; F: 2,6g</p> <p>CENA: pasta, pescado, pieza fruta y vaso leche</p>	<p>Albóndigas en salsa con patatas fritas. Fruta.</p> <p>VN: 172Kcal; P 9,7g; HC: 19,9G; F: 5,2g; L: 4,1g</p> <p>CENA: verduras, carne, pieza fruta, vaso leche.</p>	<p>Lentejas a la casera y empanadillas de bonito. Yogurt.</p> <p>E : 173Kcal; P: 9,7g; HC: 20,9g;F: 5,6g; L: 4,4g</p> <p>CENA: pasta, pescado, pieza fruta y vaso leche.</p>	<p>Pescado en salsa de tomate y arroz blanco. Fruta.</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>Espaguetis con verdura y empanadillas de bonito. Postre lácteo</p> <p>VN: 392,8Kcal; P: 14,2g; HC: 62,7g; L: 8,7g; F: 4,6g.</p> <p>CENA: verdura, pescado, pieza fruta y vaso leche.</p>
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Lentejas con arroz y croquetas de jamón. Yogurt</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>Lomo de cerdo en salsa con patatas fritas. Fruta</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>Sopa de cocido. Cocido madrileño Yogurt</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>Paella de atún. Fruta.</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>Macarrones con chorizo, huevo y varitas de merluza. Postre lácteo</p> <p>VN: 444,9Kcal; P= 16,52 HC= 68,8g; L= 10,84g; F= 4,93g</p> <p>CENA: patatas, pescado, pieza fruta y vaso leche.</p>