



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
ENERO	9 Alubias Blancas con Verduras Pechugas de Pollo Rebozadas con Lechuga Fruta Kcal 913 P. 51 Lip. 20 H.C. 130	10 Coditos con Tomate Filete de Merluza al Horno con Lechuga Yogurt de Sabores Kcal 1017 P. 49 Lip. 33 H.C. 131	11 Vainas con Patatas y Zanahoria Guisado de Ternera Fruta Kcal 747 P. 41 Lip. 16 H.C. 106	12 Arroz con Tomate Bacalao a la Plancha con Limón Natilla Kcal 1030 P. 44 Lip. 31 H.C. 142	13 Garbanzos con Verdura Filete de Guiarra a la Plancha Fruta Kcal 937 P. 43 Lip. 30 H.C. 125
	16 Lentejas con Verdura Muslo de Pollo Asado con Patatas Naturales Fruta Kcal 920 P. 62 Lip. 23 H.C. 116	17 Patatas en Salsa Verde Estofado de Ternera Melocotón en Almibar Kcal 810 P. 43 Lip. 14 H.C. 119	18 Puré de Porrusalda Bacalao a la Plancha con Lechuga Fruta Kcal 773 P. 40 Lip. 18 H.C. 115	19 Coditos con Tomate Pechugas de Pollo Rebozadas con Lechuga Yogurt de Sabores Kcal 1095 P. 54 Lip. 36 H.C. 138	20 Alubias Rojas con Verduras Filete de Merluza Romana con Limón Fruta Kcal 845 P. 40 Lip. 18 H.C. 130
	23 Porrusalda Pescado Fresco Romana con Limón Fruta Kcal 783 P. 38 Lip. 17 H.C. 122	24 Arroz con Tomate Pechugas de Pollo a la Plancha con Lechuga Actimel Kcal 996 P. 45 Lip. 31 H.C. 132	25 Garbanzos con Verdura Filete de Ternera a la Plancha con Patatas Fruta Kcal 959 P. 43 Lip. 32 H.C. 123	26 Espaguetis con Tomate Tortilla de Patata con Lechuga Yogurt de Sabores Kcal 1147 P. 34 Lip. 44 H.C. 155	27 Puré de Verduras Muslo de Pollo al Ajillo con Lechuga Fruta Kcal 903 P. 53 Lip. 28 H.C. 110
	30 Alubias Blancas con Verduras Guisado de Ternera Fruta Kcal 842 P. 50 Lip. 14 H.C. 128	31 Macarrones con Tomate Pechugas de Pollo Rebozadas con Patatas Yogurt Griego Kcal 1112 P. 55 Lip. 35 H.C. 142			
FEBRERO			1 Porrusalda Filete de Trucha Asalmonada Horno con Limón Fruta Kcal 849 P. 36 Lip. 28 H.C. 115	2 Lentejas con Verdura Lomo Fresco al Horno con Verduras Danonino Kcal 875 P. 50 Lip. 23 H.C. 118	3 Vainas con Patatas y Zanahoria Filete de Merluza a la Plancha con Lechuga Fruta Kcal 723 P. 29 Lip. 22 H.C. 101
	6 Arroz con Tomate Bacalao Romana con Limón Fruta Kcal 1015 P. 44 Lip. 28 H.C. 146	7 Alubias Rojas con Verduras Guisado de Ternera Yogurt de Sabores Kcal 859 P. 54 Lip. 16 H.C. 124	8 Puré de Acelgas y Espinacas Muslo de Pollo Asado con Lechuga Fruta Kcal 832 P. 52 Lip. 25 H.C. 100	9 Garbanzos con Verdura Tortilla de Patata con Lechuga Actimel Kcal 958 P. 32 Lip. 32 H.C. 135	10 Coditos Salteados Pescado Fresco en Salsa Suave Fruta Kcal 859 P. 39 Lip. 20 H.C. 130
	13 Lentejas con Verdura Muslo de Pollo Asado con Patatas Naturales Fruta Kcal 920 P. 62 Lip. 23 H.C. 116	14 Espaguetis con Tomate Filete de Ternera a la Plancha con Verduras Yogurt de Sabores Kcal 1144 P. 47 Lip. 45 H.C. 137	15 Porrusalda Filete de Merluza Romana con Limón Fruta Kcal 770 P. 33 Lip. 18 H.C. 122	16 Alubias Blancas con Verduras Guisado de Pavo Yogurt de Sabores Kcal 784 P. 47 Lip. 13 H.C. 118	17 Puré de Verduras Bacalao a la Plancha con Lechuga Fruta Kcal 781 P. 40 Lip. 21 H.C. 110
		21 Alubias Rojas con Verduras Filete de Ternera a la Plancha con Verduras Yogurt Natural Kcal 922 P. 47 Lip. 34 H.C. 106	22 Puré de Porrusalda Tortilla de Patata con Lechuga Fruta Kcal 868 P. 23 Lip. 29 H.C. 132	23 Garbanzos con Verdura Muslo de Pollo Asado con Patatas Naturales Actimel Kcal 965 P. 63 Lip. 26 H.C. 119	24 Macarrones con Tomate Bacalao Romana con Limón Fruta Kcal 1048 P. 49 Lip. 30 H.C. 146
	27 Marmitako Guisado de Ternera Fruta Kcal 805 P. 46 Lip. 17 H.C. 118	28 Alubias Blancas con Verduras Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha con Verduras Danonino Kcal 905 P. 49 Lip. 23 H.C. 126	29 Macarrones con Tomate Filete de Trucha Asalmonada Horno con Limón Fruta Kcal 1097 P. 42 Lip. 42 H.C. 139		
MARZO				1 Lentejas con Verdura Tortilla de Patata con Lechuga Yogurt de Sabores Kcal 930 P. 34 Lip. 31 H.C. 128	2 Vainas con Patatas y Zanahoria Filete de Merluza a la Plancha con Lechuga Fruta Kcal 723 P. 29 Lip. 22 H.C. 101
	5 Puré de Calabaza y Zanahoria Lomo Fresco de Cerdo a la Plancha con Verduras Fruta Kcal 837 P. 39 Lip. 24 H.C. 118	6 Garbanzos con Verdura Guisado de Ternera Actimel Kcal 857 P. 52 Lip. 17 H.C. 122	7 Espaguetis con Tomate Pescado Fresco Romana con Lechuga Fruta Kcal 1071 P. 45 Lip. 33 H.C. 148	8 Arroz con Tomate Muslo de Pollo Asado con Patatas Naturales Yogurt de Sabores Kcal 1107 P. 59 Lip. 36 H.C. 136	9 Alubias Rojas con Verduras Filete de Merluza Romana con Limón Fruta Kcal 845 P. 40 Lip. 18 H.C. 130
	12 Puré de Acelgas y Espinacas Muslo de Pollo Asado con Patatas Naturales Fruta Kcal 812 P. 52 Lip. 22 H.C. 102	13 Lentejas con Verdura Tortilla de Patata con Lechuga Yogurt de Sabores Kcal 930 P. 34 Lip. 31 H.C. 128	14 Coditos Salteados Bacalao Romana con Limón Fruta Kcal 926 P. 46 Lip. 21 H.C. 138	15 Porrusalda Pechugas de Pollo Rebozadas con Lechuga Danonino Kcal 839 P. 46 Lip. 21 H.C. 117	16 Alubias Blancas con Verduras Filete de Ternera a la Plancha con Verduras Fruta Kcal 940 P. 44 Lip. 30 H.C. 122
	19 Arroz con Tomate Guisado de ternera Fruta Kcal 1016 P. 48 Lip. 27 H.C. 144	20 Garbanzos con Verdura Pechugas de Pollo Rebozadas con Lechuga Yogurt Natural Kcal 914 P. 54 Lip. 26 H.C. 114	21 Macarrones con Tomate Filete de Merluza a la Plancha con Refrito Fruta Kcal 959 P. 37 Lip. 29 H.C. 137	22 Puré de Verduras Filete de Guiarra a la Plancha Yogurt de Sabores Kcal 868 P. 39 Lip. 32 H.C. 107	23 Alubias Rojas con Verduras Bacalao a la Plancha con Lechuga Fruta Kcal 848 P. 48 Lip. 19 H.C. 123
	26 Lentejas con Verdura Estofado de Ternera Fruta Kcal 812 P. 51 Lip. 14 H.C. 120	27 Arroz con Tomate Bacalao Romana con Limón Yogurt de Sabores Kcal 1032 P. 48 Lip. 30 H.C. 142	28 Porrusalda Muslo de Pollo Asado con Patatas Naturales Fruta Kcal 875 P. 54 Lip. 23 H.C. 116	29 Patatas en Salsa Verde Guisado de Pavo Actimel Kcal 697 P. 39 Lip. 13 H.C. 107	30 Espaguetis con Tomate Filete de Merluza con Salsa Suave Fruta Kcal 973 P. 38 Lip. 29 H.C. 140

