

LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	Tallarines con tomate y bacon 	Crema de verduras	Arroz a la cubana 	Garbanzos al estilo casero 
	Varitas de merluza empanadas con verduras salteadas 	Estofado de ternera en salsa española con patatas dado 	Merluza al horno en salsa de zanahoria Brócoli al vapor 	Jamón fresco asado con patatas dado 
	Yogur de sabores 	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 679 kcal . Lípidos: 28,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 5,3 g . Hidratos de carbono: 68,0 g . Azúcares: 21,6 g . Proteínas: 31,0 g . Sal: 4,6 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.				
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Macarrones con atún 	Lentejas al estilo casero 	Arroz a la cubana 	Sopa casera de ave con picadillo de huevo y pollo 	Brócoli al estilo casero 
Albóndigas caseras de cerdo en salsa jardinera 	Palometa en salsa marinera con patata panadera 	Jamoncito de pollo al horno con verduras salteadas 	Merluza a la romana con ensalada de tomate, maíz y cebolla 	Estofado de pavo a la jardinera con arroz 
Yogur de sabores 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 609 kcal . Lípidos: 27,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,1 g . Hidratos de carbono: 54,4 g . Azúcares: 20,8 g . Proteínas: 32,4 g . Sal: 2,9 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.				
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Sopa casera de cocido con fideos 	Arroz con verdura y lomo 	Menestra de verduras rehogada con jamón 	Alubias blancas al estilo casero con chorizo 	Espaguetis a la boloñesa 
Escalope de lomo de cerdo empanado Patatas fritas 	Bacalao a la riojana con verduras salteadas 	Pechuga de pollo empanada con patatas dado 	Tortilla española con ensalada de tomate, maíz y cebolla 	Palometa a la romana con ensalada de lechuga y tomate 
Yogur de sabores 	Fruta fresca	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 656 kcal . Lípidos: 36,4 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,8 g . Hidratos de carbono: 47,9 g . Azúcares: 19,4 g . Proteínas: 31,3 g . Sal: 2,0 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.				
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
Lentejas a la castellana con chorizo y bacon 	Pasta a la carbonara 	Brócoli rehogado con bacon y huevo 	Sopa de cocido 	
Jamoncito de pollo al horno con patatas fritas 	Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate 	Estofado de magro de cerdo a la jardinera con patatas dado 	Salmón a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 	
Yogur de sabores 	Fruta fresca	Fruta	Fruta	
Energía: 539 kcal . Lípidos: 25,7 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,9 g . Hidratos de carbono: 48,7 g . Azúcares: 16,4 g . Proteínas: 24,4 g . Sal: 1,8 g . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.				
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Energía: . Lípidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: . - . Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.				
En todos los menus se incluye Agua y pan. 				