

	LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
PRIMEROS	ENSALADA MIXTA PATATAS CON ALCACHOFAS ESPAGUETIS AL AJILLO				SETAS EMPANADAS ALI OLI CREMA DE ZANAHORIA MACARRONES AL GRATÉN				PANACHÉ DE VERDURAS SOPA DE COCIDO CODITOS A LA NAPOLITANA				ENSALADA ALEMANA LENTEJAS ESTOFADAS FIDEUA MIXTA				CHAMPIÑÓN AL AJILLO JUDÍAS PINTAS ARROZ A LA CUBANA			
Valoración nutricional para 100gr. de alimento.	Kcal	Prot	HdC	Lip	Kcal	Prot	HdC	Lip	Kcal	Prot	HdC	Lip	Kcal	Prot	HdC	Lip	Kcal	Prot	HdC	Lip
	77	1	2	7	174	3.7	2.4	16.2	92	2.6	8.3	4.9	144	3.3	9	10.2	63	4.1	0.5	4.6
	98	4	9.9	4.4	80	1.7	6.6	4.7	170	4.2	17.5	8.7	134	7.6	14.4	3.8	158	9.4	10.	7.4
400	11.1	62	10.9	263	7.5	30	12.2	190	5.6	26.4	6.3	215	6.7	31.3	6.1	363	6.4	75.2	3.8	
SEGUNDOS	FOGONERO AL HORNO COSTILLAS ASADAS				BOQUERONES FRITOS ESCALOPE DE POLLO				CAZON EN ADOBO COCIDO COMPLETO				SARDINAS A LA PLANCHA LOMO CON HUEVO				PASTEL DE PESCADO ALITAS DE POLLO CON SALSA DE AJO			
Valoración nutricional para 100gr. de alimento.	Kcal	Prot	HdC	Lip	Kcal	Prot	HdC	Lip	Kcal	Prot	HdC	Lip	Kcal	Prot	HdC	Lip	Kcal	Prot	HdC	Lip
	130	15.5	0.3	7.5	200	19.4	4.8	11.4	130	17.4	3.2	5.4	190	17	0	13.5	138	6.9	8.8	8.1
330	15.5	0	29.8	219	19.3	1.6	15	239	14.2	30.8	4.3	248	13.9	0	21.3	203	11.8	4	15.4	
POSTRES	FRUTA FRESCA				YOGURT VARIADO				POSTRES CASEROS											