



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES																																																		
1 NO LECTIVO	2 Coditos con tomate (1, 3) Salchichas de ave a la plancha (12) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada	3 Crema de verduras de temporada Filete de sajonia a la plancha con patatas Pan (1) Fruta de temporada	4 Garbanzos estofados (19) Gallo rebozado (1, 3, 4) con lechuga, tomate y maíz (12) Pan (1) Yogur (7)	5 Sopa campesina (1, 3) Redondo de ternera en salsa (12) con arroz Pan (1) Fruta de temporada																																																		
																																																						
	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>663,93</td> <td>21,03</td> <td>60,44</td> <td>37,19</td> <td>7,28</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	663,93	21,03	60,44	37,19	7,28	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>597,36</td> <td>22,49</td> <td>75,52</td> <td>22,82</td> <td>4,78</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	597,36	22,49	75,52	22,82	4,78	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>685,96</td> <td>38,81</td> <td>57,56</td> <td>33,57</td> <td>6,99</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	685,96	38,81	57,56	33,57	6,99	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>651,24</td> <td>36,24</td> <td>90,47</td> <td>15,02</td> <td>2,68</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	651,24	36,24	90,47	15,02	2,68										
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
663,93	21,03	60,44	37,19	7,28																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
597,36	22,49	75,52	22,82	4,78																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
685,96	38,81	57,56	33,57	6,99																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
651,24	36,24	90,47	15,02	2,68																																																		
8 Macarrones con tomate y atún (1, 3, 4) Nuggets de pollo (1, 3, 6, 7) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada	9 Patatas a la riojana Tortilla francesa (3) con lechuga, maíz y zanahoria (12) Pan (1) Fruta de temporada	10  Lentejas estofadas (1, 19) Merluza en salsa verde (1, 19, 4) Pan (1) Fruta de temporada	11 Crema de calabacín (7) Lomo a la plancha con patatas dado Pan (1) Yogur (7)	12 Arroz murciano (19) Filete de gallo al limón (4) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada																																																		
<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>686,28</td> <td>39,48</td> <td>70,11</td> <td>27,35</td> <td>4,28</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	686,28	39,48	70,11	27,35	4,28	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>608,39</td> <td>18,16</td> <td>72,91</td> <td>28,19</td> <td>5,79</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	608,39	18,16	72,91	28,19	5,79	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>618,33</td> <td>38,18</td> <td>78,57</td> <td>16,82</td> <td>3,20</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	618,33	38,18	78,57	16,82	3,20	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>655,40</td> <td>32,58</td> <td>49,09</td> <td>36,25</td> <td>9,65</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	655,40	32,58	49,09	36,25	9,65	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>662,92</td> <td>29,47</td> <td>93,88</td> <td>18,29</td> <td>2,67</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	662,92	29,47	93,88	18,29	2,67
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
686,28	39,48	70,11	27,35	4,28																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
608,39	18,16	72,91	28,19	5,79																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
618,33	38,18	78,57	16,82	3,20																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
655,40	32,58	49,09	36,25	9,65																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
662,92	29,47	93,88	18,29	2,67																																																		
15 Arroz con tomate y pavo Tortilla de queso (3, 7) con ensalada Pan (1) Fruta de temporada	16 Coliflor con bechamel (1, 7) Hamburguesa de ternera (10, 12, 6, 7, 9) con patatas fritas Pan (1) Fruta de temporada	17 Garbanzos montañeses (19) Lenguado al horno (4) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada	18 Crema de patata y zanahorias Estofado de pollo (12) con arroz Pan (1) Yogur (7)	19 Espaguetis a la carbonara (1, 3, 7) Delicias de merluza (1, 12, 2, 3, 4, 6, 7) con ensalada mixta (12, 4) Pan (1) Fruta de temporada																																																		
<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>619,03</td> <td>21,02</td> <td>79,83</td> <td>25,44</td> <td>6,36</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	619,03	21,02	79,83	25,44	6,36	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>727,13</td> <td>44,16</td> <td>71,50</td> <td>29,39</td> <td>8,46</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	727,13	44,16	71,50	29,39	8,46	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>612,16</td> <td>39,84</td> <td>67,70</td> <td>19,69</td> <td>3,42</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	612,16	39,84	67,70	19,69	3,42	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>622,77</td> <td>33,07</td> <td>78,50</td> <td>18,91</td> <td>4,72</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	622,77	33,07	78,50	18,91	4,72	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>636,27</td> <td>23,11</td> <td>75,91</td> <td>26,56</td> <td>5,76</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	636,27	23,11	75,91	26,56	5,76
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
619,03	21,02	79,83	25,44	6,36																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
727,13	44,16	71,50	29,39	8,46																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
612,16	39,84	67,70	19,69	3,42																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
622,77	33,07	78,50	18,91	4,72																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
636,27	23,11	75,91	26,56	5,76																																																		
22 Macarrones con verduras (1, 3) Tortilla de jamón (3, 6) con ensalada (12) Pan (1) Fruta temporada	23 Crema de verduras de temporada Contramuslo de pollo al horno con patatas panadera Pan (1) Fruta de temporada	24 Judías pintas con arroz (19) Merluza al horno (14, 2, 4, 6, 7) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada	25 Sopa de pollo con fideos (1, 3) Magro de cerdo a la jardinera con patatas Pan (1) Yogur (7)	26 Arroz con pollo y verduras (19) Pescadilla en salsa verde (1, 12, 4) con guisantes (19) Pan (1) Fruta de temporada																																																		
<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>651,68</td> <td>21,63</td> <td>78,62</td> <td>29,16</td> <td>4,80</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	651,68	21,63	78,62	29,16	4,80	 <table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>599,95</td> <td>27,40</td> <td>68,60</td> <td>24,00</td> <td>3,59</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	599,95	27,40	68,60	24,00	3,59	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>602,05</td> <td>31,05</td> <td>67,45</td> <td>22,73</td> <td>5,24</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	602,05	31,05	67,45	22,73	5,24	 <table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>610,91</td> <td>27,74</td> <td>65,15</td> <td>26,42</td> <td>6,71</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	610,91	27,74	65,15	26,42	6,71	<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>618,65</td> <td>33,40</td> <td>79,01</td> <td>18,38</td> <td>2,63</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	618,65	33,40	79,01	18,38	2,63
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
651,68	21,63	78,62	29,16	4,80																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
599,95	27,40	68,60	24,00	3,59																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
602,05	31,05	67,45	22,73	5,24																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
610,91	27,74	65,15	26,42	6,71																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
618,65	33,40	79,01	18,38	2,63																																																		
29 Arroz a la napolitana (7) Tortilla de atún (3, 4) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada	30 Crema de calabaza Pechugas de pollo con tomate con patatas Pan (1) Yogur (7)																																																					
<table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>595,96</td> <td>24,58</td> <td>62,92</td> <td>28,35</td> <td>5,99</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	595,96	24,58	62,92	28,35	5,99	 <table border="1"> <tr> <th>KCAL</th> <th>Prot.(g)</th> <th>Hidr.(g)</th> <th>Lípid.(g)</th> <th>AGS.(g)</th> </tr> <tr> <td>628,06</td> <td>30,82</td> <td>65,03</td> <td>27,17</td> <td>5,89</td> </tr> </table>	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	628,06	30,82	65,03	27,17	5,89																																	
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
595,96	24,58	62,92	28,35	5,99																																																		
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)																																																		
628,06	30,82	65,03	27,17	5,89																																																		

ALÉRGENOS

1. GLUTEN 
2. CRUSTÁCEOS 
3. HUEVOS 
4. PESCADO 
5. CACAHUETES 
6. SOJA 
7. LÁCTEOS 
8. FRUTOS DE CÁSCARA 
9. APIO 
10. MOSTAZA 
11. SÉSAMO 
12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS 
13. ALTRAMUCES 
14. MOLUSCOS 

En cumplimiento del Reglamento (UE) 1169/2011 la información de alérgenos está disponible en la cocina del centro