



**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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
		<b>NO LECTIVO</b>	<b>JUEVES SANTO</b>	<b>VIERNES SANTO</b>
6	7	8	9	10
<b>NO LECTIVO</b>	Coditos integrales con tomate (1, 3) Salchichas de ave a la plancha (12) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada	Crema de verduras de temporada Filete de sajonia a la plancha con patatas Pan integral (1) Fruta de temporada	Garbanzos estofados (19) Gallo rebozado (1, 3, 4) con lechuga, tomate y maíz (12) Pan (1) Yogur (7)	Arroz murciano (19) Tortilla de jamón (3, 6) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada
	KCAL 720,54 Prot.(g) 23,02 Hidr.(g) 71,93 Lípid.(g) 37,48 AGS.(g) 7,33	KCAL 641,57 Prot.(g) 23,41 Hidr.(g) 85,35 Lípid.(g) 22,95 AGS.(g) 4,83	KCAL 709,53 Prot.(g) 39,64 Hidr.(g) 62,26 Lípid.(g) 33,73 AGS.(g) 7,03	KCAL 653,79 Prot.(g) 20,20 Hidr.(g) 92,24 Lípid.(g) 23,75 AGS.(g) 4,29
13	14	15	16	17
Tallarines a la carbonara (1, 3, 7) Filete de pollo a la plancha con ensalada (12) Pan integral (1) Fruta de temporada	Patatas a la riojana Tortilla de queso (3, 7) con lechuga, maíz y zanahoria (12) Pan (1) Fruta de temporada	Lentejas estofadas (1, 19) Bacalao en salsa verde (4) con verduras Pan (1) Fruta de temporada	Crema de calabacín (7) Redondo de ternera en salsa (12) con patatas dado Pan (1) Yogur (7)	Arroz integral con tomate Filete de merluza al limón (4) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada
KCAL 646,15 Prot.(g) 32,75 Hidr.(g) 83,43 Lípid.(g) 19,78 AGS.(g) 5,37	KCAL 671,30 Prot.(g) 21,58 Hidr.(g) 73,72 Lípid.(g) 33,54 AGS.(g) 8,68	KCAL 674,90 Prot.(g) 39,16 Hidr.(g) 79,66 Lípid.(g) 22,15 AGS.(g) 3,98	KCAL 657,22 Prot.(g) 37,51 Hidr.(g) 58,64 Lípid.(g) 29,00 AGS.(g) 6,73	KCAL 636,36 Prot.(g) 28,31 Hidr.(g) 89,50 Lípid.(g) 17,83 AGS.(g) 2,59
20	21	22	23	24
Macarrones integrales con tomate y york (1, 3, 6) Lenguado al horno (4) con ensalada Pan (1) Fruta de temporada	Sopa de lluvia (1, 3) Hamburguesa de ternera (6, 7, 9, 10, 12) con verduras Pan (1) Fruta de temporada	Fabada asturiana (19) Filete de merluza rebozado (1, 3, 4) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada	Crema de patata y zanahorias Estofado de pollo con patatas (12) con arroz Pan (1) Yogur (7)	Paella mixta (14, 19) Tortilla francesa (3) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada
KCAL 604,43 Prot.(g) 32,65 Hidr.(g) 87,35 Lípid.(g) 13,67 AGS.(g) 2,15	KCAL 638,18 Prot.(g) 38,02 Hidr.(g) 63,81 Lípid.(g) 25,62 AGS.(g) 4,24	KCAL 685,74 Prot.(g) 43,14 Hidr.(g) 69,08 Lípid.(g) 26,06 AGS.(g) 5,14	KCAL 656,67 Prot.(g) 33,76 Hidr.(g) 86,12 Lípid.(g) 18,98 AGS.(g) 4,74	KCAL 641,92 Prot.(g) 21,65 Hidr.(g) 89,02 Lípid.(g) 22,98 AGS.(g) 4,10
27	28	29	30	
Espirales a la boloñesa (1, 3) Tortilla de patata (3) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada	Crema de verduras de temporada Magro estofado con patatas Pan (1) Fruta de temporada	Lentejas estofadas (19) Nuggets de pollo (1, 3, 6, 7) con ensalada (12) Pan (1) Yogur (7)	Arroz integral con pollo y verduras (19) Bacalao con tomate (4) con pisto Pan (1) Fruta de temporada	
KCAL 723,95 Prot.(g) 24,76 Hidr.(g) 97,19 Lípid.(g) 26,84 AGS.(g) 4,05	KCAL 654,11 Prot.(g) 25,10 Hidr.(g) 73,27 Lípid.(g) 28,97 AGS.(g) 5,58	KCAL 777,38 Prot.(g) 43,43 Hidr.(g) 69,82 Lípid.(g) 35,82 AGS.(g) 8,47	KCAL 699,22 Prot.(g) 43,22 Hidr.(g) 85,76 Lípid.(g) 20,31 AGS.(g) 3,11	

