



LUNES						MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
1						2					3					4					5				
Macarrones integrales con tomate (1, 3) Pescadilla a la romana (1, 3, 4) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada						Brócoli con jamón (6) Hamburguesa de ternera (6, 7, 9, 10, 12) con patatas Pan (1) Fruta de temporada					Judías blancas estofadas (19) Tortilla de patata (3) con ensalada de tomate Pan integral (1) Fruta de temporada					Paella valenciana (pollo y verdura) (19) Lenguado al horno (4) con ensalada Pan (1) Helado (7)					Salmorejo (1, 12) Pollo asado Patatas panadera (12) Pan (1) Fruta de temporada				
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)		KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
747,49	32,46	99,08	24,58	3,42		672,27	42,24	68,20	25,62	4,18	659,24	24,23	83,47	26,37	3,96	698,43	32,78	90,39	22,03	7,92	637,80	35,33	65,75	24,88	4,01
8						9					10					11					12				
Arroz a la cubana con huevo (3) Bacalao en salsa (4) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada						Garbanzos estofados (19) Tortilla de jamón (3, 6) con lechuga y zanahoria (12) Pan (1) Fruta de temporada					Espaguetis a la carbonara (1, 3, 7) Merluza a la romana (1, 3, 4) con ensalada (12) Pan integral (1) Fruta de temporada					Crema de calabacín (7) Cinta de lomo a la plancha con patatas panadera Pan (1) Helado (7)					Ensalada campera (3, 4, 12) Pollo en pepitoria Pan (1) Fruta de temporada				
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)		KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
603,37	30,06	82,71	17,24	2,89		622,45	26,75	63,41	30,40	6,00	684,53	35,08	77,36	26,07	5,86	702,86	22,74	59,74	40,52	12,57	654,17	45,15	62,54	25,91	5,19
15						16					17					18					19				
Lentejas estofadas (19) Pescadilla al ajo-limón (4) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada						Crema de verduras de temporada Magro de cerdo a la jardinera con patatas Pan integral (1) Fruta de temporada					Macarrones a la napolitana (1, 3, 7) Tortilla francesa (3) con lechuga y zanahoria (12) Pan (1) Fruta de temporada					Arroz integral murciano (19) Delicias de merluza (1, 2, 3, 4, 6, 7, 12) con ensalada (12) Pan (1) Fruta de temporada					Entrantes fríos y calientes (1, 3, 6) Pizza de jamón y queso (1, 6, 7, 10) Pan (1) Helado (7)				
KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)		KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)	KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
618,01	37,78	57,25	25,89	5,37		656,02	25,69	72,37	29,16	5,74	670,96	22,15	86,52	27,56	5,96	618,54	16,11	82,35	24,61	3,50	604,79	31,49	33,75	37,66	16,46
22						23					24					25					26				
29						30																			

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