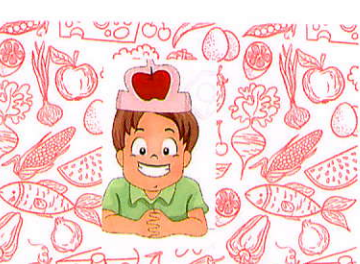
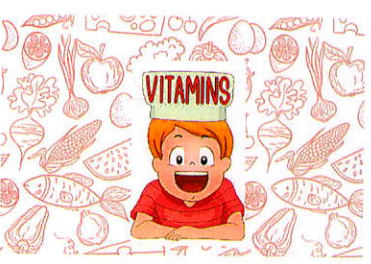


OCTUBRE 18 OCTUBRE 18 OCTUBRE 18 OCTUBRE 18 OCTUBRE 18 OCTUBRE 18 OCTUBRE 18 OCTUBRE 18

OCTUBRE 18 OCTUBRE 18 OCTUBRE 18 OCTUBRE 18 OCTUBRE 18 OCTUBRE 18 OCTUBRE 18 OCTUBRE 18



LUNES

1 de Octubre

Ensaladilla rusa 🍷🍷🍷
Merluza al horno 🐟
Petit suiss 🍷
687,50 Kcal
Hdc:83,73g / lip:25,87g / pro:16,0 g

8 de Octubre

Arroz tres delicias 🍷🍷🍷
Bacalao portuguesa 🍷🍷
Yogur 🍷
698,12 Kcal
Hdc:66,81g / lip:32,67g / pro:30,32g

15 de Octubre

Judias c/ chorizo 🍷🍷
Tortilla de patata y jamon 🍷🍷
Yogur 🍷
680,46 Kcal
Hdc:69,99g / lip:32,99g / pro:31,92g

22 de Octubre

Ensalada de pasta 🍷🍷🍷
Milanesa c/ensalada 🍷🍷
Yogur 🍷
638,23 Kcal
Hdc:69,38g / lip:35,07g / pro:29,71g

29 de Octubre

Fabada 🍷🍷
Pollo al horno c/ ensalada 🍷
Yogur 🍷
644,87 Kcal
Hdc:69,08g / lip:24,20g / pro:37,79g

MARTES

2 de Octubre

Crema de verduras
Lomo adobado c/ patatas 🍷🍷
Fruta
587,28 Kcal
Hdc:69,29g / lip:28,13g / pro:20,05g

9 de Octubre

Lentejas con verdura
Pechuga de pollo c/ patatas
Fruta
693,83 Kcal
Hdc:72,11g / lip:27,13g / pro:27,95g

16 de Octubre

Potaje de garbanzos
Merluza plancha c/ensalada 🍷🍷
Fruta
672,22 Kcal
Hdc:59,87g / lip:30,43g / pro:39,85g

23 de Octubre

Arroz cubana 🍷
Adadejo c/ ensalada 🍷🍷
Fruta
657,56 Kcal
Hdc:63,22g / lip:31,33g / pro:31,11g

30 de Octubre

Pizza 🍷🍷
Bacalao al horno 🍷🍷
Fruta
693,41 Kcal
Hdc:68,54g / lip:39,15g / pro:21,87g

MIÉRCOLES

3 de Octubre

Repollo rehogado
Pollo al horno c/ arroz
Yogur 🍷
723,11 Kcal
Hdc:65,76g / lip:30,26g / pro:27,95g

10 de Octubre

Crema de zanahoria y puerro
Milanesa c/ensalada 🍷🍷
Natilla de vainilla 🍷
723,41 Kcal
Hdc:66,23g / lip:32,78g / pro:48,53g

17 de Octubre

Ensaladilla rusa 🍷🍷🍷
Temera guisada
Yogur 🍷
803,12 Kcal
Hdc:80,24g / lip:32,43g / pro:31,98g

24 de Octubre

Sopa de fideos 🍷🍷
Pechuga de pollo c/patatas
Petit-suisse 🍷
559,91 Kcal
Hdc:93,44g / lip:29,45g / pro:20,32g

31 de Octubre

Judias rehogadas
Tortilla de patatas c/jamon y queso 🍷🍷🍷
Bebible 🍷
810,09 Kcal
Hdc:68,12g / lip:30,56g / pro:25,22g

JUEVES

4 de Octubre

Macarrones c/tomate y queso 🍷🍷🍷
Abadejo romana c/ensalada 🍷🍷🍷
Fruta
595,98 Kcal
Hdc:72,34g / lip:25,18g / pro:29,68g

11 de Octubre

Sopa de ave y fideos 🍷🍷
Hamburguesa c/ ensalada
Fruta
588,12 Kcal
Hdc:56,65g / lip:31,40g / pro:27,45

18 de Octubre

Entremeses 🍷🍷
Palometa en salsa c/cachelos 🍷🍷
Fruta
695,17 Kcal
Hdc:73,45g / lip:33,12g / pro:30,08g

25 de Octubre

Empanada pollo 🍷🍷
Merluza al horno 🍷🍷
Fruta
701,90 Kcal
Hdc:99,32g / lip:28,09g / pro:27,32g

VIERNES

5 de Octubre

Lentejas con verdura
Jamon asado c/ champiñones
Helado 🍷🍷
830,35 Kcal
Hdc:68,35g / lip:30,23g / pro:36,10g

12 de Octubre

festivo

19 de Octubre

Crema de verdura
Lomo en salsa c/ patatas 🍷
Bebible 🍷
579,35 Kcal
Hdc:69,86g / lip:32,26g / pro:28,79g

26 de Octubre

Crema de zanahoria y puerro
Jamon asado c/patatas al vapor 🍷
Yogur 🍷
579,35 Kcal
Hdc:69,86g / lip:32,26g / pro:28,79g

ALÉRXENOS

- Glute 🍷 Crustaceos 🐟 Ovo 🍷🍷 Peixe 🐟 Cacahuetes 🍷 Soja 🍷 Lacteos 🍷🍷 Froitos Secos 🍷 Apio 🍷 Mostaza 🍷 Sesamo 🍷 Sulfitos 🍷 Altramuz 🍷 Moluscos 🍷

