

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
5	Lentejas Estofadas con Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada	6	Crema de Coliflor Albóndigas de Pollo en Salsa Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	7	Arroz Tres Delicias Tortilla Francesa con Atún Tomate Aliñado con AOVE Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	8	Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada	9	Espinacas Gratinadas Spaguetti Aglio e Tonno  Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Kcal: 649 Lip: 19,11 Prot: 39,00 HC: 82,66 Cena: Arroz + Huevo + Lácteo		Kcal: 664 Lip: 24,08 Prot: 23,17 HC: 90,13 Cena: Pasta + Pescado + Fruta		Kcal: 609 Lip: 26,41 Prot: 27,61 HC: 64,29 Cena: Verdura + Carne + Fruta		Kcal: 651 Lip: 15,31 Prot: 39,53 HC: 92,04 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo		Kcal: 783 Lip: 31,95 Prot: 31,40 HC: 93,20 Cena: Verdura + Huevo + Fruta	
12	Judías Verdes Rehogadas Ragout de Ternera Estofada Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	13	Alubias Blancas Campesinas Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	14	Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Verduras Asadas Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	15	Garbanzos Viudos Lacón a la Gallega Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	16	Coditos Napolitana Abadejo al Ajillo. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Kcal: 611 Lip: 26,72 Prot: 34,86 HC: 59,84 Cena: Arroz + Pescado + Lácteo		Kcal: 686 Lip: 27,33 Prot: 27,37 HC: 86,29 Cena: Verdura + Carne + Fruta		Kcal: 754 Lip: 27,92 Prot: 30,13 HC: 98,65 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo		Kcal: 583 Lip: 18,95 Prot: 32,23 HC: 73,74 Cena: Patata + Pescado + Fruta		Kcal: 751 Lip: 21,34 Prot: 30,49 HC: 90,63 Cena: Verdura + Ave + Fruta	
19	Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	20	Lentejas con Chorizo Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	21	Macarrones con Atún Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	22	Guisantes a la Sevillana Rotti de Pavo al Horno Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada	23	Arroz a Banda Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Kcal: 610 Lip: 19,10 Prot: 38,59 HC: 71,22 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo		Kcal: 735 Lip: 26,04 Prot: 41,67 HC: 86,15 Cena: Patata + Carne + Fruta		Kcal: 761 Lip: 31,54 Prot: 26,24 HC: 93,44 Cena: Verdura + Ave + Lácteo		Kcal: 536 Lip: 20,26 Prot: 31,36 HC: 56,97 Cena: Verdura + Pescado + Fruta		Kcal: 875 Lip: 31,30 Prot: 22,34 HC: 129,44 Cena: Arroz + Huevo + Fruta	
26	Coditos con Chorizo Tortilla Francesa Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada	27	Alubias Blancas Campesinas Bacalao con Tomate Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada	28	Paella de Verduras y Marisco Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	29	Menestra de Verduras al Pimentón Marmitako de Salmón Pan y Agua Fruta de Temporada	30	Lentejas Castellanas  Carcamusas Toledanas Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Kcal: 774 Lip: 29,33 Prot: 21,12 HC: 88,96 Cena: Verdura + Carne + Lácteo		Kcal: 664 Lip: 19,22 Prot: 40,68 HC: 84,00 Cena: Arroz + Huevo + Fruta		Kcal: 701 Lip: 20,44 Prot: 37,09 HC: 91,02 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo		Kcal: 561 Lip: 17,00 Prot: 22,24 HC: 80,12 Cena: Verdura + Carne + Fruta		Kcal: 787 Lip: 22,38 Prot: 53,34 HC: 96,01 Cena: Patata + Pescado + Fruta	

JORNADA EUROPEA
(ITALIA)

JORNADA GASTRONÓMICA
CASTILLA LA MANCHA

mediterránea