

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

	<p>9-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>PAELLA</p> <p>LENGUADO MENIER (7-8)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 632 P: 38,40 H: 65,60 L: 26,80</p>	<p>10-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>FIDEGUA MARINERA (7,8,10)</p> <p>LOMO ADOBADO CON HUEVO FRITO (1,2)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 644 P: 31,00 H: 41,50 L: 43,60</p>	<p>11-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>MACARRONES CON YORK Y QUESO (1-2-3-8)</p> <p>ALITAS DE POLLO AL HORNO</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 638 P: 34,60 H: 64,70 L: 25,10</p>	<p>12-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>ALUBIAS ESTOFADAS</p> <p>MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUI SANTES ECOL. (7)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 607 P: 33,80 H: ##### L: 15,30</p>
<p>15-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>ESPIRALES BOLOGNESA (1-2-8)</p> <p>TORTILLA FRANCESA (1)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 617,4 P: 28,50 H: 58,20 L: 29,60</p>	<p>16-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>SOPA DE FIDEOS (1-8)</p> <p>ALBONDIGAS AL HORNO CON MENESTRA DE VERDURAS (3-4-8)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 638 P: 38,90 H: 48,70 L: 29,40</p>	<p>17-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>GUI SO DE PESCADO CON VERDURAS (4,7)</p> <p>MERLUZA AL HORNO CON MENESTRA (7)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 585 P: 30,10 H: 37,80 L: 24,80</p>	<p>18-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CON ZANAHORIA Y PIMIENTO VERDE ECOL. (4)</p> <p>PECHUGAS DE POLLO EMPANADAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 640 P: 50,60 H: 40,30 L: 31,00</p>	<p>19-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>ENSALADILLA RUSA (1-4-7)</p> <p>BACALAO ENCEBOLLADO CON PIMIENTOS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 621 P: 21,80 H: ##### L: 18,50</p>
<p>22-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>OLLETA ALICANTINA (4)</p> <p>TORTILLA DE ATUN (1-7)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 637 P: 28,70 H: 58,60 L: 26,00</p>	<p>23-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>SOPA DE FIDEOS (1-8)</p> <p>JAMONCITOS DE POLLO CON PATATAS AL HORNO (4)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 671 P: 42,60 H: 63,60 L: 24,70</p>	<p>24-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CON ZANAHORIA Y PIMIENTO VERDE ECOL. (4)</p> <p>MERLUZA AL HORNO CON PATATAS (4,7)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 611,9 P: 17,80 H: 80,90 L: 21,90</p>	<p>25-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>MACARRONES CON ATUN TOMATE Y QUESO (1-2-7-8)</p> <p>LOMO ASADO SALSA DE ZANAHORIA (4)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 607,2 P: 35,30 H: 54,40 L: 27,60</p>	<p>26-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>FIDEGUA MARINERA (7,8,10)</p> <p>MERO AL HORNO CON ZANAHORIA BABY</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 609 P: 23,40 H: ##### L: 25,30</p>
<p>29-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CON ZANAHORIA Y CALABACIN ECOL. (4)</p> <p>NUGGETS (3-8)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 595,3 P: 44,90 H: 42,90 L: 50,90</p>	<p>30-abr.</p> <p>ENSALADA MIXTA</p> <p>SOPA DE LLUVIA (1-8)</p> <p>PELOTAS CON GARBANZOS (4-5-8)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>E: 614,3 P: 30,30 H: 42,90 L: 23,50</p>	<p>EQUILIBRIO COMIDAS Y CENAS</p> <p>SI HAS COMIDO: RECOMENDABLE PARA LA CENA:</p> <p>CEREAL -----> HORTALIZA CRUDA O VERDURA</p> <p>VERDURA -----> FECLAS O CEREAL</p> <p>PESCADO -----> HUEVO O CARNE MAGRA</p> <p>HUEVO -----> CARNE MAGRA O PESCADO</p> <p>CARNE -----> HUEVO O PESCADO</p>		

RELACION DE PLATOS TRITURADOS

VALORACIONES ENERGETICAS

DIA	PLATO	INGREDIENTES	POSTRE	KCAL	H	G	SAT	P
LUNES:	PURE DE POLLO:	PATATA, CALABACIN, JUDIAS, ZANAHORIA, CEBOLLA, POLLO, ACEITE OLIVA (4)	TR.FRUTA	489	34	28,4	3,8	17,4
MARTES:	PURE DE PESCADO:	PATATA, CALABACIN, JUDIAS, ZANAHORIA, CEBOLLA, MERLUZA, ACEITE OLIVA (4,7)	TR.FRUTA	452	33,6	25,1	3	16,5
MIÉRCOLES:	PURE DE CORDERO:	PATATA, CALABACIN, JUDIAS, ZANAHORIA, CEBOLLA, CORDERO, ACEITE OLIVA (4)	TR.FRUTA	505	33,7	31,2	4,3	18,5
JUEVES:	PURE DE TERNERA:	PATATA, CALABACIN, JUDIAS, ZANAHORIA, CEBOLLA, TERNERA, ACEITE OLIVA (4)	TR.FRUTA	534	33,6	33,4	4,6	21,9
VIERNES:	PURE DE PESCADO:	PATATA, CALABACIN, JUDIAS, ZANAHORIA, CEBOLLA, MERLUZA, ACEITE OLIVA (4,7)	TR.FRUTA	452	33,6	25,1	3	16,5

LEYENDA: KCAL: ENERGIA - H: HIDRATOS - G: GRASAS - SAT: GRASAS SATURADAS - P: PROTEINAS

ALERGENOS - (1) HUEVO (2) LACTOSA (3) SOJA (4) SULFITOS (5) APIO (6) FRUTOS SECOS (7) PESCADO (8) GLUTEN (9) MOSTAZA (10) CRUSTACEOS (N/C) NO CONTIENE