

| Lunes   | Martes                                     | Miércoles   | Jueves  | Viernes                                   |
|---|--|---|---|---|
|   |  |   | <b>2</b> KCal. 586 H.C. 78 Lip. 21 P. 25                    | <b>3</b> KCal. 458 H.C. 44 Lip. 17 P. 34  |
|   |  |   | LENTEJAS CON PUERRO Y ZANAHORIA                             | SOPA DE POLLO CON FIDEOS                  |
|   |  |   | TORTILLA CASERA DE PATATA<br>• ENSALADA DE LECHUGA          | FILETE DE PAVO EN SALSA DE CALABACÍN      |
|   |  |   | PERA<br>PAN BARRA   | NARANJA<br>PAN BARRA                      |
| <b>6</b> KCal. 589 H.C. 44 Lip. 36 P. 25              | <b>7</b> KCal. 710 H.C. 86 Lip. 30 P. 30   | <b>8</b> KCal. 587 H.C. 73 Lip. 22 P. 29                    | <b>9</b> KCal. 924 H.C. 96 Lip. 44 P. 42                    | <b>10</b> KCal. 491 H.C. 77 Lip. 8 P. 33  |
| MENESTRA DE VERDURAS DE LA HUERTA                     | ENSALADA DE ARROZ                          | PATATAS A LA RIOJANA  | MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE TOMATE                   | LENTEJAS GUIADAS CON PIMENTÓN Y ZANAHORIA |
| TORTILLA CASERA DE CHISTORRA<br>• ENSALADA DE LECHUGA | MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN               | ABADEJO AL HORNO ESTILO ORIO<br>• GUARNICION LECHUGA Y MAIZ | FILETE DE JAMÓN EMPANADO<br>• ENSALADA DE LECHUGA           | BACALAO AL AJOARRIERO                     |
| MANZANA<br>PAN INTEGRAL                               | PERA<br>PAN BARRA                          | PLÁTANO<br>PAN BARRA  | YOGUR NATURAL<br>PAN BARRA                                  | NARANJA<br>PAN BARRA                      |
| <b>13</b> KCal. 750 H.C. 98 Lip. 28 P. 29             | <b>14</b> KCal. 646 H.C. 82 Lip. 27 P. 19  | <b>15</b> KCal. 504 H.C. 78 Lip. 10 P. 30                   | <b>16</b> KCal. 776 H.C. 95 Lip. 31 P. 35                   | <b>17</b> KCal. 347 H.C. 44 Lip. 10 P. 24 |
| ARROZ CON CALABACÍN Y PIMIENTO ROJO                   | CREMA DE ZANAHORIA                         | GARBANZOS CON CALABACÍN                                     | MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE TOMATE                   | JUDÍA VERDE CON PATATAS                   |
| LOMO EN SALSA DE VERDURAS                             | SAN JACOBO<br>• ENSALADA DE LECHUGA        | FILETE DE MERLUZA EN SALSA MARINERA                         | REVUELTO DE JAMÓN<br>• ENSALADA DE LECHUGA                  | MUSLO DE POLLO ASADO A LAS HIERBAS        |
| MELÓN<br>PAN INTEGRAL                                 | YOGUR<br>PAN BARRA                         | MANZANA<br>PAN BARRA  | PIÑA EN SU JUGO<br>PAN BARRA                                | PERA<br>PAN BARRA                         |
| <b>20</b> KCal. 576 H.C. 78 Lip. 20 P. 25             | <b>21</b> KCal. 488 H.C. 46 Lip. 21 P. 29  | <b>22</b> KCal. 531 H.C. 61 Lip. 22 P. 23                   | <b>23</b> KCal. 1000 H.C. 110 Lip. 55 P. 22                 | <b>24</b> KCal. 432 H.C. 53 Lip. 15 P. 23 |
| LENTEJAS CON BONIATO                                  | SOPA DE POLLO CON FIDEOS INTEGRALES        | BORRAJA CON PATATAS ALIÑADA CON ACEITE DE OLIVA EN CRUDO    | ARROZ CON SALSA DE TOMATE                                   | PURÉ DE VERDURAS                          |
| TORTILLA CASERA DE PATATA<br>• ENSALADA DE LECHUGA    | ABADEJO REBOZADO<br>• ENSALADA DE LECHUGA  | ALBÓNDIGAS EN SALSA DE CEBOLLA                              | NUGGETS DE POLLO<br>• ENSALADA DE LECHUGA                   | LOMO EN SALSA DE CIRUELAS                 |
| NARANJA<br>PAN INTEGRAL                               | YOGUR<br>PAN BARRA                         | PLÁTANO<br>PAN BARRA  | PERA<br>PAN BARRA   | MANZANA<br>PAN BARRA                      |
| <b>27</b> KCal. 518 H.C. 56 Lip. 17 P. 38             | <b>28</b> KCal. 800 H.C. 100 Lip. 34 P. 29 | <b>29</b> KCal. 383 H.C. 50 Lip. 11 P. 24                   | <b>30</b> KCal. 598 H.C. 75 Lip. 19 P. 34                   | <b>31</b> KCal. 514 H.C. 61 Lip. 22 P. 21 |
| JUDÍA VERDE CASERA                                    | ARROZ CON SALSA DE TOMATE                  | CREMA DE CALABAZA   | ALUBIA BLANCA ESTILO POCHA<br>GUISADA CON PIMIENTO Y TOMATE | ENSALADA MIXTA                            |
| GUISADO RIBEREÑA CON PATATAS                          | REVUELTO DE CHORIZO                        | MUSLO DE POLLO ASADO<br>• CHAMPIÑONES                       | FILETE MERLUZA AL HORNO CON PATATA PANADERA                 | PIZZA JAMÓN Y QUESO                       |
| NARANJA<br>PAN INTEGRAL                               | MELÓN<br>PAN BARRA                         | PERA<br>PAN BARRA   | YOGUR<br>PAN BARRA  | ACTIMEL<br>PAN BARRA                      |