

menús 1º trimestre · curso 2017-2018

OCTUBRE **OCTOBER**

1st trimester menus · 2017-2018 school year



02 Lunes	03 martes	04 miércoles	05 Jueves	06 viernes
<ul style="list-style-type: none"> Macarrones integrales con tomate Filete de granadero rebozado <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 34 g - Gras: 28 g - Hidr: 100 g - Kcal: 762	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de pescado Filete de ternera en salsa Fruta Prot: 31 g - Gras: 26 g - Hidr: 63 g - Kcal: 591	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de arroz Lomo fresco con salsa de verduras Fruta Prot: 33 g - Gras: 34 g - Hidr: 80 g - Kcal: 745	<ul style="list-style-type: none"> Lentejas Pardinas Bacalao al ajoarriero Fruta Prot: 38 g - Gras: 18 g - Hidr: 82 g - Kcal: 623	<ul style="list-style-type: none"> Crema de calabacín y puerro Filete de pollo empanado al ajillo <i>Lechuga y maíz</i> Yogur Prot: 38 g - Gras: 35 g - Hidr: 63 g - Kcal: 703
09 Lunes	10 martes	11 miércoles	12 Jueves	13 viernes
<ul style="list-style-type: none"> Acelga con patata Jamón asado en salsa de champiñones <i>Lechuga y zanahoria</i> Fruta Prot: 25 g - Gras: 29 g - Hidr: 54 g - Kcal: 566	<ul style="list-style-type: none"> Garbanzos con zanahoria y refrito de ajo Filete de merluza en salsa de piquillos Fruta Prot: 30 g - Gras: 24 g - Hidr: 69 g - Kcal: 591	<ul style="list-style-type: none"> Arroz tres delicias Muslo de pollo asado <i>Lechuga</i> Helado Prot: 29 g - Gras: 25 g - Hidr: 100 g - Kcal: 712	<ul style="list-style-type: none"> Crema de calabaza Albóndigas en salsa verde Fruta Prot: 22 g - Gras: 23 g - Hidr: 63 g - Kcal: 540	<ul style="list-style-type: none"> Crema de calabacín y zanahoria Albóndigas en salsa verde Filete de pollo empanado al ajillo <i>Lechuga y maíz</i> Yogur Prot: 37 g - Gras: 27 g - Hidr: 78 g - Kcal: 681
16 Lunes	17 martes	18 miércoles	19 Jueves	20 viernes
<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de patata y atún Lentejas con arroz integral ecológico Yogur Prot: 25 g - Gras: 21 g - Hidr: 87 g - Kcal: 622	<ul style="list-style-type: none"> Espaguetis con tomate Filete de merluza al horno <i>Verduritas</i> Fruta Prot: 25 g - Gras: 18 g - Hidr: 95 g - Kcal: 619	<ul style="list-style-type: none"> Puré de verduras Tortilla de patata y calabacín <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 17 g - Gras: 32 g - Hidr: 63 g - Kcal: 604	<ul style="list-style-type: none"> Alubia blanca estilo pocha Escalopín de cerdo a la naranja Fruta Prot: 37 g - Gras: 25 g - Hidr: 82 g - Kcal: 684	<ul style="list-style-type: none"> Judía verde ecológica con patata Filete de limanda rebozada <i>Lechuga y maíz</i> Fruta Prot: 32 g - Gras: 39 g - Hidr: 58 g - Kcal: 610
23 Lunes	24 martes	25 miércoles	26 Jueves	27 viernes
<ul style="list-style-type: none"> Borrajá con refrito Croquetas de bacalao <i>Lechuga y aceitunas</i> Yogur Prot: 19 g - Gras: 33 g - Hidr: 83 g - Kcal: 685	<ul style="list-style-type: none"> Garbanzos viudos Lomo con tomate casero Fruta Prot: 36 g - Gras: 25 g - Hidr: 74 g - Kcal: 646	<ul style="list-style-type: none"> Patatas a la riojana Filete de merluza estilo Orio <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 23 g - Gras: 29 g - Hidr: 68 g - Kcal: 607	<ul style="list-style-type: none"> Crema de guisantes Guisado de ternera <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 38 g - Gras: 31 g - Hidr: 65 g - Kcal: 676	<ul style="list-style-type: none"> Judía verde casera Albóndigas de atún con tomate Fruta Prot: 22 g - Gras: 28 g - Hidr: 59 g - Kcal: 570



02 monday	03 tuesday	04 wednesday	05 THURSDAY	06 FRIDAY
<ul style="list-style-type: none"> Whole Grain Macaroni with Tomato Sauce Batter-Coated Grenadier Fillet <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 34 g - Fat: 28 g - Carb: 100 g - Kcal: 762	<ul style="list-style-type: none"> Fish Soup Veal Steak in Sauce Fruit Prot: 31 g - Fat: 26 g - Carb: 63 g - Kcal: 591	<ul style="list-style-type: none"> Rice Salad Fresh Salad in Vegetable Sauce Fruit Prot: 33 g - Fat: 34 g - Carb: 80 g - Kcal: 745	<ul style="list-style-type: none"> Pardina Lentil Soup Ajoarriero Cod Fruit Prot: 38 g - Fat: 18 g - Carb: 82 g - Kcal: 623	<ul style="list-style-type: none"> Zucchini and Leek Cream Soup Garlic Breaded Chicken Fillet <i>Lettuce and Corn</i> Yoghurt Prot: 38 g - Fat: 35 g - Carb: 63 g - Kcal: 703
09 monday	10 tuesday	11 wednesday	12 THURSDAY	13 FRIDAY
<ul style="list-style-type: none"> Swiss-Chard with Potatoes Roasted Ham in Mushroom Sauce <i>Lettuce and Carrot</i> Fruit Prot: 25 g - Fat: 29 g - Carb: 54 g - Kcal: 566	<ul style="list-style-type: none"> Chickpeas with Carrot and Garlic Sauté Hake Fillet in Piquillo-Pepper Sauce Fruit Prot: 29 g - Fat: 25 g - Carb: 100 g - Kcal: 712	<ul style="list-style-type: none"> Yang Zhou Rice Roast Chicken Leg <i>Lettuce</i> Ice Cream Prot: 29 g - Fat: 25 g - Carb: 100 g - Kcal: 712	<ul style="list-style-type: none"> Pumpkin Cream Soup Meatballs in Green Sauce Fruit Prot: 22 g - Fat: 23 g - Carb: 63 g - Kcal: 540	<ul style="list-style-type: none"> Organic Green Beans with Potatoes Batter-Coated Dab Fillet <i>Lettuce and Corn</i> Fruit Prot: 32 g - Fat: 39 g - Carb: 58 g - Kcal: 610
16 monday	17 tuesday	18 wednesday	19 THURSDAY	20 FRIDAY
<ul style="list-style-type: none"> Potatoe and Tuna Salad Lentils with Organic Whole Rice Yoghurt Prot: 25 g - Fat: 21 g - Carb: 87 g - Kcal: 622	<ul style="list-style-type: none"> Spaghetti with Tomato Sauce Oven-Baked Hake Fillet <i>Vegetables</i> Fruit Prot: 25 g - Fat: 18 g - Carb: 95 g - Kcal: 619	<ul style="list-style-type: none"> Vegetable Purée Potatoe and Zucchini Omelette <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 17 g - Fat: 32 g - Carb: 63 g - Kcal: 604	<ul style="list-style-type: none"> White Beans Pocha Style Pork Loin in Orange Sauce Fruit Prot: 37 g - Fat: 25 g - Carb: 82 g - Kcal: 684	<ul style="list-style-type: none"> Organic Green Beans with Potatoes Batter-Coated Dab Fillet <i>Lettuce and Corn</i> Fruit Prot: 32 g - Fat: 39 g - Carb: 58 g - Kcal: 610
23 monday	24 tuesday	25 wednesday	26 THURSDAY	27 FRIDAY
<ul style="list-style-type: none"> Borage with Sauté Cod Croquettes <i>Lettuce and Olives</i> Yoghurt Prot: 19 g - Fat: 33 g - Carb: 83 g - Kcal: 685	<ul style="list-style-type: none"> Simple Chickpeas Pork Loin with Homemade Tomato Sauce Fruit Prot: 36 g - Fat: 25 g - Carb: 74 g - Kcal: 646	<ul style="list-style-type: none"> Potatoes Riojana Style Hake Fillet Orio Style <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 23 g - Fat: 29 g - Carb: 68 g - Kcal: 607	<ul style="list-style-type: none"> Peas Cream Soup Veal Stew <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 38 g - Fat: 31 g - Carb: 65 g - Kcal: 676	<ul style="list-style-type: none"> Rice with Tomato Sauce Chicken with Vegetables Pineapple in its own juice Prot: 27 g - Fat: 18 g - Carb: 109 g - Kcal: 685
30 monday	31 tuesday			
<ul style="list-style-type: none"> Stew Soup Batter-Coated Pollock Fillet <i>Mayonnaise</i> Jam Cake Prot: 31 g - Fat: 39 g - Carb: 80 g - Kcal: 704	<ul style="list-style-type: none"> Elbow Pasta with Tomato Sauce Oven-Baked Fresh Sausages <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 34 g - Fat: 27 g - Carb: 95 g - Kcal: 735			

Estos menús han sido revisados y aprobados por profesionales con formación en Nutrición Humana y Dietética. La calibración nutricional expresada aquí corresponde a las raciones servidas a niños de 7 a 12 años. En el comedor se sirven las cantidades acordes a niños menores y mayores, lo cual modifica la calibración de cada franja de edad ajustándose así a sus necesidades. El menú incluye agua y pan.

menús 1º trimestre · curso 2017-2018

NOVIEMBRE **NOVEMBER**

1st trimester menus · 2017-2018 school year



06 Lunes	07 martes	08 miércoles	09 Jueves	10 viernes
<ul style="list-style-type: none"> Lentejas con puerro y zanahoria Bacalao al ajoarriero <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 37 g - Gras: 27 g - Hidr: 78 g - Kcal: 681	<ul style="list-style-type: none"> Judía verde redonda con patatas Filete de ternera en salsa cazadora <i>Lechuga</i> Yogur Prot: 32 g - Gras: 37 g - Hidr: 58 g - Kcal: 678	<ul style="list-style-type: none"> Alubia blanca con pimiento y zanahoria Filete de merluza rebozado <i>Lechuga y maíz</i> Fruta Prot: 33 g - Gras: 23 g - Hidr: 83 g - Kcal: 651	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verduras Paella de pollo Fruta Prot: 21 g - Gras: 18 g - Hidr: 102 g - Kcal: 632	<ul style="list-style-type: none"> Espirales frescos con tomate Lomo fresco en salsa de verduras Fruta Prot: 30 g - Gras: 26 g - Hidr: 86 g - Kcal: 692
13 Lunes	14 martes	15 miércoles	16 Jueves	17 viernes
<ul style="list-style-type: none"> Crema de calabacín San Marino <i>Lechuga</i> Piña en su jugo Prot: 15 g - Gras: 35 g - Hidr: 70 g - Kcal: 648	<ul style="list-style-type: none"> Arroz con tomate Muslo de pollo asado <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 28 g - Gras: 22 g - Hidr: 106 g - Kcal: 709	<ul style="list-style-type: none"> Garbanzos con zanahoria y refrito de ajo Filete de merluza en salsa de piquillos Fruta Prot: 30 g - Gras: 24 g - Hidr: 69 g - Kcal: 591	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de pollo con fideos ecológicos Escalope <i>Lechuga y aceitunas</i> Actimel Prot: 30 g - Gras: 28 g - Hidr: 54 g - Kcal: 578	<ul style="list-style-type: none"> Borrajá con refrito Filete ruso con champiñones Fruta Prot: 25 g - Gras: 29 g - Hidr: 54 g - Kcal: 571
20 Lunes	21 martes	22 miércoles	23 Jueves	24 viernes
<ul style="list-style-type: none"> Judía verde casera Albóndigas de atún con tomate Fruta Prot: 22 g - Gras: 28 g - Hidr: 59 g - Kcal: 570	<ul style="list-style-type: none"> Lentejas estofadas Escalopín de cerdo a la naranja <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 38 g - Gras: 28 g - Hidr: 80 g - Kcal: 717	<ul style="list-style-type: none"> Puré de verduras <i>Picatostes</i> Guisado de ternera Fruta Prot: 37 g - Gras: 35 g - Hidr: 68 g - Kcal: 724	<ul style="list-style-type: none"> Alubia pinta con verduras Filete de pollo en salsa de ciruelas <i>Lechuga</i> Yogur Prot: 48 g - Gras: 18 g - Hidr: 78 g - Kcal: 647	<ul style="list-style-type: none"> Macarrones integrales con tomate Filete de granadero rebozado <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 29 g - Gras: 29 g - Hidr: 106 g - Kcal: 774
27 Lunes	28 martes	29 miércoles	30 Jueves	
<ul style="list-style-type: none"> Crema de zanahoria Croquetas de jamón <i>Lechuga</i> Piña en su jugo Prot: 31 g - Gras: 21 g - Hidr: 72 g - Kcal: 588	<ul style="list-style-type: none"> Arroz tres delicias Filete de merluza al horno <i>Verduritas</i> Fruta Prot: 24 g - Gras: 17 g - Hidr: 104 g - Kcal: 642	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada mixta Filete de pollo en salsa de manzana Yogur Prot: 38 g - Gras: 21 g - Hidr: 43 g - Kcal: 506	<ul style="list-style-type: none"> Patatas en salsa verde Filete braseado <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 15 g - Gras: 44 g - Hidr: 87 g - Kcal: 790	



06 monday	07 tuesday	08 wednesday	09 THURSDAY	10 FRIDAY
<ul style="list-style-type: none"> Lentils with Leeks and Carrot Ajoarriero Cod <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 37 g - Fat: 27 - Carb: 78 g - Kcal: 681	<ul style="list-style-type: none"> Round Green Beans with Potatoes Veal Steak in Hunter Sauce <i>Lettuce</i> Yoghurt Prot: 32 g - Fat: 37 g - Carb: 58 g - Kcal: 678	<ul style="list-style-type: none"> White Beans with Pepper and Carrot Batter-Coated Hake Fillet <i>Lettuce and Corn</i> Fruit Prot: 33 g - Fat: 23 g - Carb: 83 g - Kcal: 651	<ul style="list-style-type: none"> Vegetable Cream Soup Chicken Paella Fruit Prot: 21 g - Fat: 18 g - Carb: 102 g - Kcal: 632	<ul style="list-style-type: none"> Fresh Spiral with Tomato Sauce Fresh Pork Loin in Vegetable Sauce Fruit Prot: 30 g - Fat: 26 g - Carb: 86 g - Kcal: 692
13 monday	14 tuesday	15 wednesday	16 THURSDAY	17 FRIDAY
<ul style="list-style-type: none"> Zucchini Cream Soup San Marino <i>Lettuce</i> Pineapple in its own juice Prot: 15 g - Fat: 35 g - Carb: 70 g - Kcal: 648	<ul style="list-style-type: none"> Rice with Tomato Sauce Roast Chicken Leg <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 28 g - Fat: 22 g - Carb: 106 g - Kcal: 709	<ul style="list-style-type: none"> Chickpeas with Carrot and Garlic Sauté Hake Fillet in Piquillo-Pepper Sauce Fruit Prot: 30 g - Fat: 24 g - Carb: 69 g - Kcal: 591	<ul style="list-style-type: none"> Chicken Soup with Organic Noodles Escalope <i>Lettuce and Olives</i> Actimel Prot: 30 g - Fat: 28 g - Carb: 54 g - Kcal: 578	<ul style="list-style-type: none"> Borage with Sauté Rusian Steak with Mushrooms Fruit Prot: 25 g - Fat: 29 g - Carb: 54 g - Kcal: 571
20 monday	21 tuesday	22 wednesday	23 THURSDAY	24 FRIDAY
<ul style="list-style-type: none"> Homemade Green Beans Tunaballs with Tomato Sauce Fruit Prot: 22 g - Fat: 28 g - Carb: 59 g - Kcal: 570	<ul style="list-style-type: none"> Stewed Lentils Pork Loin in Orange Sauce <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 38 g - Fat: 28 g - Carb: 80 g - Kcal: 717	<ul style="list-style-type: none"> Vegetable Purée <i>CROUTONS</i> Veal Stew Fruit Prot: 37 g - Fat: 35 g - Carb: 68 g - Kcal: 724	<ul style="list-style-type: none"> Red Beans with Vegetables Chicken Fillet in Plum Sauce <i>Lettuce</i> Yoghurt Prot: 48 g - Fat: 18 g - Carb: 78 g - Kcal: 647	<ul style="list-style-type: none"> Whole Macaroni with Tomato Sauce Batter-Coated Grenadier Fillet <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 29 g - Fat: 29 g - Carb: 106 g - Kcal: 774
27 monday	28 tuesday	29 wednesday	30 THURSDAY	
<ul style="list-style-type: none"> Carrot Cream Soup Ham Croquettes <i>Lettuce</i> Pineapple in its own juice Prot: 31 g - Fat: 21 g - Carb: 72 g - Kcal: 588	<ul style="list-style-type: none"> Yang Zhou Rice Oven-Baked Hake Fillet <i>Vegetables</i> Fruit Prot: 24 g - Fat: 17 g - Carb: 104 g - Kcal: 642	<ul style="list-style-type: none"> Mixed Salad Chicken Fillet in Apple Sauce Yoghurt Prot: 38 g - Fat: 21 g - Carb: 43 g - Kcal: 506	<ul style="list-style-type: none"> Potatoes in Green Sauce Braised Fillet <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 15 g - Fat: 44 g - Carb: 87 g - Kcal: 790	

These menus have been revised and approved by professionals trained in Human Nutrition and Dietetics. The nutritional values expressed correspond to the portions served to children aged 7 to 12. In the dining-room, quantities are served depending on whether the children are younger or older, which therefore modifies the calibration of each age group, adapting to their needs. The menu includes water and bread.

menús 1º trimestre · curso 2017-2018

DICIEMBRE **DECEMBER**

1st trimester menus · 2017-2018 school year



04 Lunes	05 martes	06 miércoles	07 Jueves	08 viernes
<ul style="list-style-type: none"> Arroz con tomate Albóndigas en salsa de champiñones Fruta Prot: 27 g - Gras: 23 g - Hidr: 117 g - Kcal: 757	<ul style="list-style-type: none"> Borrajá con refrito Muslo de pollo asado <i>Lechuga y maíz</i> Natillas Prot: 29 g - Gras: 28 g - Hidr: 56 g - Kcal: 581	<ul style="list-style-type: none"> Espirales frescos con tomate Lomo fresco en salsa de verduras Fruta Prot: 30 g - Gras: 26 g - Hidr: 86 g - Kcal: 692	<ul style="list-style-type: none"> Alubia pinta Pollo a la hortelana <i>Patatas chips</i> Fruta Prot: 37 g - Gras: 21 g - Hidr: 81 g - Kcal: 646	<ul style="list-style-type: none"> Garbanzos viudos Filete de abadejo rebozado <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 40 g - Gras: 37 g - Hidr: 72 g - Kcal: 679
11 Lunes	12 martes	13 miércoles	14 Jueves	15 viernes
<ul style="list-style-type: none"> Macarrones integrales con tomate Filete de limanda rebozado <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 37 g - Gras: 37 g - Hidr: 99 g - Kcal: 770	<ul style="list-style-type: none"> Judía verde ecológica con patatas Filete de pollo en salsa <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 35 g - Gras: 33 g - Hidr: 66 g - Kcal: 651	<ul style="list-style-type: none"> Lentejas Pardinas Escalope <i>Pimientos rojos</i> Fruta Prot: 40 g - Gras: 24 g - Hidr: 76 g - Kcal: 657	<ul style="list-style-type: none"> Crema de cardo Hamburguesas con tomate <i>Lechuga</i> Yogur Prot: 29 g - Gras: 39 g - Hidr: 67 g - Kcal: 724	<ul style="list-style-type: none"> Garbanzos con zanahoria y refrito de ajo Bacalao al ajoarriero Fruta Prot: 37 g - Gras: 33 g - Hidr: 85 g - Kcal: 762
18 Lunes	19 martes	20 miércoles	21 Jueves	22 viernes
<ul style="list-style-type: none"> Arroz a la cubana Filete de merluza al horno <i>Verduritas</i> Fruta Prot: 25 g - Gras: 19 g - Hidr: 104 g - Kcal: 666	MENÚ ESPECIAL NAVIDAD	<ul style="list-style-type: none"> Crema de verduras Filete de ternera en salsa <i>Lechuga</i> Fruta Prot: 28 g - Gras: 36 g - Hidr: 63 g - Kcal: 673	<ul style="list-style-type: none"> Alubia blanca estilo pochas San Marino <i>Lechuga</i> Piña en su jugo Prot: 27 g - Gras: 30 g - Hidr: 92 g - Kcal: 729	<ul style="list-style-type: none"> Acelga estofada Muslo de pollo asado con champiñones <i>Lechuga y zanahoria</i> Fruta Prot: 27 g - Gras: 28 g - Hidr: 57 g - Kcal: 578
25 Lunes	26 martes	27 miércoles	28 Jueves	29 viernes



04 monday	05 tuesday	06 wednesday	07 THURSDAY	08 FRIDAY
<ul style="list-style-type: none"> Rice with Tomato Sauce Meatballs in Mushroom Sauce Fruit Prot: 27 g - Fat: 23 g - Carb: 117 g - Kcal: 757	<ul style="list-style-type: none"> Borage with Sauté Roast Chicken Leg <i>Lettuce and Corn</i> Custard Prot: 29 g - Fat: 28 g - Carb: 56 g - Kcal: 581	<ul style="list-style-type: none"> Lentejas with Leeks and Carrot Ajoarriero Cod <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 37 g - Fat: 27 - Carb: 78 g - Kcal: 681	<ul style="list-style-type: none"> Red Beans Chicken with Vegetables <i>Chips Potatoes</i> Fruit Prot: 37 g - Fat: 21 g - Carb: 81 g - Kcal: 646	<ul style="list-style-type: none"> Simple Chickpeas Batter-Coated Pollock Fillet <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 40 g - Fat: 37 g - Carb: 72 g - Kcal: 679
11 monday	12 tuesday	13 wednesday	14 THURSDAY	15 FRIDAY
<ul style="list-style-type: none"> Whole Grain Macaroni with Tomato Sauce Batter-Coated Dab Fillet <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 37 g - Fat: 37 g - Carb: 99 g - Kcal: 770	<ul style="list-style-type: none"> Organic Green Beans with Potatoes Chicken Fillet in Sauce <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 35 g - Fat: 33 g - Carb: 56 g - Kcal: 651	<ul style="list-style-type: none"> Pardina Lentil Soup Escalope <i>Red Peppers</i> Fruit Prot: 40 g - Fat: 24 g - Carb: 76 g - Kcal: 657	<ul style="list-style-type: none"> Thistle Cream Soup Hamburger with Tomato Sauce <i>Lettuce</i> Yoghurt Prot: 29 g - Fat: 39 g - Carb: 67 g - Kcal: 724	<ul style="list-style-type: none"> Chickpeas with Carrot and Garlic Sauté Ajoarriero Cod Fruit Prot: 37 g - Fat: 33 g - Carb: 85 g - Kcal: 762
18 monday	19 tuesday	20 wednesday	21 THURSDAY	22 FRIDAY
<ul style="list-style-type: none"> Cuban Rice Oven-Baked Hake Fillet <i>Vegetables</i> Fruit Prot: 25 g - Fat: 19 g - Carb: 104 g - Kcal: 666	SPECIAL CHRISTMAS MENU	<ul style="list-style-type: none"> Vegetable Cream Soup Veal Steak in Sauce <i>Lettuce</i> Fruit Prot: 28 g - Fat: 36 g - Carb: 63 g - Kcal: 673	<ul style="list-style-type: none"> White Beans Pocha Style San Marino <i>Lettuce</i> Pineapple in its own juice Prot: 27 g - Fat: 30 g - Carb: 92 g - Kcal: 729	<ul style="list-style-type: none"> Stewed Swiss-Chard Roast Chicken Leg with Mushrooms <i>Lettuce and Carrot</i> Fruit Prot: 27 g - Fat: 28 g - Carb: 57 g - Kcal: 578
25 monday	26 tuesday	27 wednesday	28 THURSDAY	29 FRIDAY