



**lunes**

**martes**

**miércoles**

**jueves**

**viernes**

**01**

km.0

CREMA DE BRÓCOLI  
 GUISADO DE TERNERA  
 LECHUGA Y ZANAHORIA GUARNICIÓN  
 YOGUR  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 641 H.C. 66 Lip. 25 P. 40

**02**

MACARRONES AL PISTO  
 FILETE DE LIMANDA REBOZADA  
 GUARNICIÓN LIMÓN  
 NARANJA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 732 H.C. 101 Lip. 24 P. 34

**03**

ACELGA CON REFRITO  
 FILETE DE POLLO EN SALSA  
 LECHUGA GUARNICIÓN  
 PLÁTANO  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 624 H.C. 63 Lip. 27 P. 35

**04**

ARROZ CON JUDÍA VERDE, PIMIENTO Y CHAMPIÑÓN  
 FILETE DE MERLUZA EN SALSA DE  
 ESPINACAS Y CILANTRO  
 PERA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 647 H.C. 112 Lip. 14 P. 23



**02**

**07**

CREMA DE CALABAZA  
 PAELLA DE POLLO  
 LECHUGA GUARNICIÓN  
 NARANJA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 641 H.C. 109 Lip. 16 P. 22

**08**

ALUBIA BLANCA CON PIMIENTO Y ZANAHORIA  
 TORTILLA DE PATATA Y BONIATO AUSOLAN  
 LECHUGA  
 MANDARINAS  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 620 H.C. 82 Lip. 22 P. 26

**09**

CODITOS CON TOMATE  
 ABADEJO AL HORNO CON VERDURITAS  
 MANZANA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 632 H.C. 99 Lip. 16 P. 29

**10**

km.0

BORRAJA CON REFRITO  
 LOMO EN SALSA DE PIMIENTO ASADO  
 LECHUGA Y MAÍZ GUARNICIÓN  
 YOGUR  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 581 H.C. 57 Lip. 25 P. 31

**11**

GARBANZOS VIUDOS  
 FILETE DE MERLUZA REBOZADA  
 GUARNICIÓN LIMÓN  
 PERA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 588 H.C. 76 Lip. 19 P. 31

**14**

LENTEJAS A LA HORTELANA  
 BACALAO AL AJOARRIERO  
 LECHUGA GUARNICIÓN  
 MANZANA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 571 H.C. 83 Lip. 14 P. 33

**15**

JUDÍA VERDE CON PATATAS  
 POLLO EN SALSA DE MOSTAZA SUAVE  
 LECHUGA GUARNICIÓN  
 MANDARINAS  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 635 H.C. 50 Lip. 33 P. 35

**16**

MACARRONES INTEGRALES CON ATÚN  
 FILETE BRASEADO  
 NARANJA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 698 H.C. 97 Lip. 21 P. 34

**17**

km.0

PURÉ DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA  
 ALBÓNDIGAS EN SALSA  
 LECHUGA GUARNICIÓN  
 YOGUR  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 693 H.C. 60 Lip. 37 P. 31

**18**

ARROZ CON VERDURAS Y CÚRCUMA  
 FILETE MERLUZA AL HORNO ESTILO ORIO  
 PERA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 623 H.C. 96 Lip. 19 P. 21

**21**

CODITOS CON TOMATE  
 LOMO ASADO CON SALSA DE PIMIENTOS VERDES  
 LECHUGA GUARNICIÓN  
 MANZANA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 706 H.C. 102 Lip. 21 P. 31

**22**

km.0

CREMA DE COLIFLOR  
 HAMBURGUESAS EN SALSA DE VERDURAS  
 LECHUGA GUARNICIÓN  
 YOGUR  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 674 H.C. 56 Lip. 37 P. 30

**23**



ACELGA ESTOFADA  
 GARBANZOS CON AVENA INTEGRAL  
 ECOLÓGICA  
 PLÁTANO  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 599 H.C. 105 Lip. 11 P. 26

**24**

ARROZ TRES DELICIAS  
 ABADEJO REBOZADO  
 GUARNICIÓN LIMÓN  
 MANDARINAS  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 733 H.C. 109 Lip. 22 P. 29

**25**

ALUBIA BLANCA POCHA  
 TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN AUSOLAN  
 LECHUGA  
 PERA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 600 H.C. 85 Lip. 19 P. 26

**28**

CREMA DE PUERROS  
 SAN JACOBO  
 LECHUGA  
 MANZANA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 627 H.C. 87 Lip. 25 P. 14

**29**

LENTEJAS CON PUERRO Y ZANAHORIA  
 GUISADO RIBEREÑA CON PATATAS  
 NARANJA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 654 H.C. 78 Lip. 18 P. 47

**30**

MACARRONES CON TOMATE  
 FILETE MERLUZA EN SALSA DE  
 ALCACHOFAS  
 PERA  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 619 H.C. 100 Lip. 15 P. 25

**31**

km.0

BORRAJA CON PATATAS  
 POLLO CAMPERO  
 LECHUGA Y MAÍZ GUARNICIÓN  
 YOGUR  
 PAN MIFIBRA  
 KCal. 595 H.C. 52 Lip. 26 P. 38

