

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

FIESTA

02

JUDÍA VERDE CASERA
ALBÓNDIGAS EN FRITADA
LECHUGA Y MAÍZ GUARNICIÓN
PERA
PAN MIFIBRA
KCal. 561 H.C. 68 Lip. 21 P. 27

03

GARBANZOS CON CALABAZA
TORTILLA DE PATATA AUSOLAN
LECHUGA
NARANJA
PAN MIFIBRA
KCal. 621 H.C. 84 Lip. 21 P. 26

04

ESPIRALES FRESCOS CON TOMATE
FILETE DE MERLUZA EN SALSA DE
CHIPIRONES
PLÁTANO
PAN MIFIBRA
KCal. 595 H.C. 95 Lip. 13 P. 25

07



OILASKO ZOPA FIDEO INTEGRAL EKOLOGIKOKEIN
SAN JACOBO
LECHUGA Y ZANAHORIA
MANZANA
PAN MIFIBRA
KCal. 594 H.C. 80 Lip. 23 P. 16

08

LENTEJAS PARDINAS
FILETE MERLUZA EN SALSA VERDE
LECHUGA Y MAÍZ GUARNICIÓN
MANDARINAS
PAN MIFIBRA
KCal. 517 H.C. 68 Lip. 15 P. 31

09

CREMA DE COLIFLOR
LOMO EN SALSA DE VERDURAS
LECHUGA GUARNICIÓN
PERA
PAN MIFIBRA
KCal. 602 H.C. 60 Lip. 28 P. 28

10

km.0

BORRAJA CON PATATAS
FILETE DE POLLO EN SALSA
YOGUR
PAN MIFIBRA
KCal. 561 H.C. 52 Lip. 22 P. 38

11

ALUBIA PINTA CON VERDURAS
BACALAO CON TOMATE CASERO
PLÁTANO
PAN MIFIBRA
KCal. 610 H.C. 87 Lip. 14 P. 39

14



CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA
PAELLA DE POLLO
MANZANA
PAN MIFIBRA
KCal. 594 H.C. 113 Lip. 9 P. 20

15

GARBANZOS VIUDOS
FILETE DE LIMANDA REBOZADA
LECHUGA
MANDARINAS
PAN MIFIBRA
KCal. 639 H.C. 68 Lip. 25 P. 37

16

PATATAS A LA MARINERA
HAMBURGUESAS EN SALSA
LECHUGA Y MAÍZ GUARNICIÓN
NARANJA
PAN MIFIBRA
KCal. 696 H.C. 77 Lip. 30 P. 32

17

km.0

ACELGA CON PATATAS
FILETE DE TERNERA EN SALSA CAZADORA
LECHUGA Y ZANAHORIA GUARNICIÓN
YOGUR
PAN MIFIBRA
KCal. 625 H.C. 61 Lip. 28 P. 32

18

ESPIRALES FRESCOS CON HUEVO DURO
ABADEJO AL HORNO CON
VERDURITAS
PLÁTANO
PAN MIFIBRA
KCal. 576 H.C. 87 Lip. 13 P. 29

21



ENSALADA VARIADA
LENTEJAS CON BONIATO
YOGUR
PAN MIFIBRA
KCal. 547 H.C. 77 Lip. 18 P. 22

22

SOPA DE COCIDO
CROQUETAS DE BACALAO
LECHUGA Y ACEITUNAS
MANDARINAS
PAN MIFIBRA
KCal. 614 H.C. 68 Lip. 32 P. 13

23

CREMA DE VERDURAS
LOMO CON TOMATE
NARANJA
PAN MIFIBRA
KCal. 523 H.C. 60 Lip. 20 P. 27

24

ALUBIA PINTA CON BERZA
TORTILLA DE PATATA AUSOLAN
LECHUGA
PERA
PAN MIFIBRA
KCal. 638 H.C. 88 Lip. 21 P. 28

25

ARROZ CON TOMATE
FILETE DE MERLUZA EN SALSA CON
MEJORANA
PLÁTANO
PAN MIFIBRA
KCal. 666 H.C. 118 Lip. 14 P. 23

28

km.0

PATATAS A LA RIOJANA
ABADEJO AL HORNO ESTILO ORIO
LECHUGA Y ZANAHORIA GUARNICIÓN
YOGUR
PAN MIFIBRA
KCal. 628 H.C. 70 Lip. 25 P. 31

29

CREMA DE COLIFLOR
MUSLO DE POLLO EN SALSA DE MOSTAZA SUAVE
LECHUGA GUARNICIÓN
MANDARINAS
PAN MIFIBRA
KCal. 640 H.C. 55 Lip. 36 P. 27

30

ACELGA CON REFRITO
GUISADO RIBEREÑA CON PATATAS
PERA
PAN MIFIBRA
KCal. 566 H.C. 67 Lip. 17 P. 38

ICONO
GRAFIA

CLICK-a
AQUI



02