



lunes monday	martes tuesday	miércoles wednesday	jueves thursday	viernes friday
<b>03</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de zanahoria</li> <li>• Croquetas con patatas fritas</li> <li>• Fruta</li> </ul>	<b>04</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lentejas ecológicas a la castellana</li> <li>• Merluza en salsa verde con guisantes</li> <li>• Fruta</li> </ul>	<b>05</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa maravilla</li> <li>• Pollo asado con verduras</li> <li>• Yogur</li> </ul>	<b>06</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alubias blancas estofadas</li> <li>• Tortilla de calabacín con ensalada</li> <li>• Fruta</li> </ul>	<b>07</b> Kcal.893 Hc.97 Lip.37 Prot.38 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Macarrones con tomate</li> <li>• Lomo adobado con ensalada</li> <li>• Fruta</li> </ul>
<b>10</b> Kcal.856 Hc.119 Lip.37 Prot.17 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Carrot cream</li> <li>• Croquettes with french fries</li> <li>• Fruit</li> </ul>	<b>11</b> Kcal.629 Hc.96 Lip.11 Prot.40 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ecological Lentil stew</li> <li>• Hake in green sauce with peans</li> <li>• Fruit</li> </ul>	<b>12</b> Kcal.608 Hc.75 Lip.19 Prot.35 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noodle soup</li> <li>• Roast chicken with vegetables</li> <li>• Yoghurt</li> </ul>	<b>13</b> Kcal.694 Hc.107 Lip.19 Prot.28 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bean stew</li> <li>• Zucchini omelette with salad</li> <li>• Fruit</li> </ul>	<b>14</b> Kcal.647 Hc.79 Lip.11 Prot.32 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Creamed vegetables</li> <li>• Ham roast in sauce with potatoes</li> <li>• Yoghurt</li> </ul>
<b>17</b> Kcal.773 Hc.113 Lip.24 Prot.30 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracolillos napolitana</li> <li>• Hamburguesa de calamar con mahonesa</li> <li>• Yogur</li> </ul>	<b>18</b> Kcal.744 Hc.106 Lip.24 Prot.27 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Garbanzos ecológicos con espinacas</li> <li>• Tortilla de patatas con ensalada</li> <li>• Fruta</li> </ul>	<b>19</b> Kcal.706 Hc.88 Lip.28 Prot.29 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Patatas a la riojana</li> <li>• Merluza a la romana con ensalada</li> <li>• Fruta</li> </ul>	<b>20</b> Kcal.728 Hc.101 Lip.17 Prot.46 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alubias negra con arroz</li> <li>• Pavo guisado con verduras</li> <li>• Yogur</li> </ul>	<b>21</b> Kcal.705 Hc.108 Lip.18 Prot.34 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz con salchichas</li> <li>• Bacalao al horno con piperrada</li> <li>• Fruta</li> </ul>
<b>24</b> Kcal.642 Hc.91 Lip.15 Prot.38 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Macaroni napolitana</li> <li>• Squid burger with mayonnaise</li> <li>• Yoghurt</li> </ul>	<b>25</b> Kcal.653 Hc.100 Lip.11 Prot.41 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ecological chickpeas with spinach</li> <li>• Spanish omelette with salad</li> <li>• Fruit</li> </ul>	<b>26</b> Kcal.738 Hc.102 Lip.30 Prot.19 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Potatoes with spicy</li> <li>• Hake in batter with salad</li> <li>• Fruit</li> </ul>	<b>27</b> Kcal.682 Hc.84 Lip.24 Prot.37 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Black bean stew with rice</li> <li>• Turkey stew with vegetables</li> <li>• Yoghurt</li> </ul>	<b>28</b> Kcal.754 Hc.121 Lip.18 Prot.32 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rice with sausages</li> <li>• Baked cod with piperrada</li> <li>• Fruit</li> </ul>
<b>24</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa ave con maravilla</li> <li>• Ternera igp Cantabria guisada a la jardinera</li> <li>• Fruta</li> </ul>	<b>25</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lentejas estofadas</li> <li>• Suprema de merluza en salsa marinera con guisantes</li> <li>• Actimel</li> </ul>	<b>26</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de verduras</li> <li>• Tortilla de chorizo con ensalada</li> <li>• Fruta</li> </ul>	<b>27</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cocido montañés</li> <li>• Alitas de pollo al ajillo</li> <li>• Yogur</li> </ul>	<b>28</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Macarrones con jamón cocido</li> <li>• Merluza en salsa de manzana</li> <li>• Fruta</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Noodle soup</li> <li>• Beef stew with vegetables eusko label</li> <li>• Fruit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lentils with vegetables</li> <li>• Hake sauce with peas "marinera"</li> <li>• Actimel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Creamed vegetables</li> <li>• Chorizo omelette with salad</li> <li>• Fruit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mountain stew</li> <li>• Chicken wings with garlic</li> <li>• Yoghurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Macaroni with ham</li> <li>• Hake in apple sauce</li> <li>• Fruit</li> </ul>

