

LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29

Energía: Lipidos: Acidos Grasos Saturados: Hidratos de carbono: Azúcares: Proteínas: Sal: - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.
Energía: Lipidos: Acidos Grasos Saturados: Hidratos de carbono: Azúcares: Proteínas: Sal: - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.
Energía: Lipidos: Acidos Grasos Saturados: Hidratos de carbono: Azúcares: Proteínas: Sal: - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 2	MARTES 3	MIERCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Sopa casera de verduras	Paella de pollo	Brócoli con refrito de patata	Macarrones con tomate	
Varitas de merluza empanadas con lechuga	Lomo al horno con pimientos rojos	Jamoncito de pollo al horno	Tortilla de calabacín con lechuga	
Fruta fresca	Fruta fresca	Fruta	Fruta fresca	

Energía: 523 kcal. Lipidos: 28,7 g. Acidos Grasos Saturados: 5,1 g. Hidratos de carbono: 46,5 g. Azúcares: 12,6 g. Proteínas: 17,0 g. Sal: 1,5 g. - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.
Energía: 701 kcal. Lipidos: 36,1 g. Acidos Grasos Saturados: 7,1 g. Hidratos de carbono: 66,3 g. Azúcares: 17,3 g. Proteínas: 23,9 g. Sal: 2,1 g. - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.
Energía: 805 kcal. Lipidos: 42,0 g. Acidos Grasos Saturados: 8,6 g. Hidratos de carbono: 74,3 g. Azúcares: 18,6 g. Proteínas: 27,9 g. Sal: 2,4 g. - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 9	MARTES 10	MIERCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
		Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento)	Arroz con tomate	
	Cinta de lomo de cerdo asada con lechuga iceberg	Jamoncitos de pollo al horno en su jugo con ensalada de lechuga y zanahoria	Abadejo a la romana con lechuga	Tortilla de patata con lechuga
	Fruta	Yogur de sabores	Fruta	Fruta

Energía: 492 kcal. Lipidos: 36,8 g. Acidos Grasos Saturados: 6,1 g. Hidratos de carbono: 28,2 g. Azúcares: 10,0 g. Proteínas: 10,4 g. Sal: 0,6 g. - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.
Energía: 698 kcal. Lipidos: 50,5 g. Acidos Grasos Saturados: 8,6 g. Hidratos de carbono: 42,6 g. Azúcares: 13,5 g. Proteínas: 16,0 g. Sal: 1,1 g. - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.
Energía: 822 kcal. Lipidos: 61,0 g. Acidos Grasos Saturados: 10,6 g. Hidratos de carbono: 46,4 g. Azúcares: 13,8 g. Proteínas: 19,0 g. Sal: 1,2 g. - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Paella de verduras	Sopa casera de pollo			
Muslo de pollo asado a la naranja con ensalada de lechuga y zanahoria	Rodaja de merluza rebozada con lechuga	Cabezada de cerdo a la plancha con patatas chips	Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria	con patatas chips
Fruta	Fruta	Yogur	Fruta fresca	Fruta

Energía: 294 kcal. Lipidos: 12,4 g. Acidos Grasos Saturados: 3,2 g. Hidratos de carbono: 31,2 g. Azúcares: 11,9 g. Proteínas: 10,6 g. Sal: 0,7 g. - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.
Energía: 438 kcal. Lipidos: 19,1 g. Acidos Grasos Saturados: 5,0 g. Hidratos de carbono: 47,2 g. Azúcares: 16,4 g. Proteínas: 17,2 g. Sal: 1,2 g. - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.
Energía: 505 kcal. Lipidos: 23,2 g. Acidos Grasos Saturados: 6,1 g. Hidratos de carbono: 51,5 g. Azúcares: 16,6 g. Proteínas: 20,4 g. Sal: 1,3 g. - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

LUNES 23	MARTES 24	MIERCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27

Energía: Lipidos: Acidos Grasos Saturados: Hidratos de carbono: Azúcares: Proteínas: Sal: - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.
Energía: Lipidos: Acidos Grasos Saturados: Hidratos de carbono: Azúcares: Proteínas: Sal: - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.
Energía: Lipidos: Acidos Grasos Saturados: Hidratos de carbono: Azúcares: Proteínas: Sal: - - - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.

Los menús incluyen agua y pan o pan integral.



Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.