

LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
<small>Energía: 476 kcal. Lípidos: 18,5 g. Ácidos Grasos Saturados: 4,1 g. Hidratos de carbono: 51,7 g. Azúcares: 15,1 g. Proteínas: 22,1 g. Sal: 1,4 g. - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011. Energía: 687 kcal. Lípidos: 26,3 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,1 g. Hidratos de carbono: 75,6 g. Azúcares: 20,2 g. Proteínas: 32,4 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: 830 kcal. Lípidos: 33,9 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,8 g. Hidratos de carbono: 85,3 g. Azúcares: 21,5 g. Proteínas: 40,1 g. Sal: 2,4 g. - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.</small>				
LUNES 2	MARTES 3	MIERCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Guisantes con patata y zanahoria 	Paella de pollo y verduras 	Brócoli con refrito de patata 	Espaguetis (sin gluten ni huevo) con verduras 	Crema de verduras 
Lomo adobado al horno con pimientos rojos al horno 	Calamares en salsa alicantina 	Jamonicos de pollo en salsa jardinera 	Merluza al horno en salsa de zanahoria 	Pavo salteado con ajo y perejil con lechuga 
Fruta fresca 	Fruta fresca 	Fruta fresca 	Yogur 	Fruta 
<small>Energía: 476 kcal. Lípidos: 18,5 g. Ácidos Grasos Saturados: 4,1 g. Hidratos de carbono: 51,7 g. Azúcares: 15,1 g. Proteínas: 22,1 g. Sal: 1,4 g. - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011. Energía: 687 kcal. Lípidos: 26,3 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,1 g. Hidratos de carbono: 75,6 g. Azúcares: 20,2 g. Proteínas: 32,4 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: 830 kcal. Lípidos: 33,9 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,8 g. Hidratos de carbono: 85,3 g. Azúcares: 21,5 g. Proteínas: 40,1 g. Sal: 2,4 g. - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.</small>				
LUNES 9	MARTES 10	MIERCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Borraja con patata 	Garbanzos a la castellana 	Patatas asadas al horno 	Arroz con tomate 	Judías verdes salteadas con ajo 
Estofado de pavo en salsa española con lechuga 	Cabezada de cerdo a la riojana 	Muslo de pollo al horno con patatas chips 	Salmón en salsa de naranja 	Pavo salteado con ajo y perejil con lechuga 
Fruta 	Fruta 	Fruta fresca 	Yogur 	Fruta 
<small>Energía: 464 kcal. Lípidos: 17,3 g. Ácidos Grasos Saturados: 3,9 g. Hidratos de carbono: 48,0 g. Azúcares: 13,8 g. Proteínas: 25,4 g. Sal: 1,7 g. - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011. Energía: 698 kcal. Lípidos: 25,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 5,9 g. Hidratos de carbono: 72,4 g. Azúcares: 18,9 g. Proteínas: 39,0 g. Sal: 2,5 g. - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011. Energía: 846 kcal. Lípidos: 33,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,6 g. Hidratos de carbono: 81,5 g. Azúcares: 19,7 g. Proteínas: 49,3 g. Sal: 3,0 g. - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.</small>				
LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Crema de verduras 	Arroz con champiñones 	Lentejas a la castellana 	Menestra de verduras 	Espaguetis (sin gluten ni huevo) con tomate 
Contramuslo de pollo a la plancha con lechuga 	Merluza a la plancha con lechuga 	Cabezada de cerdo a la plancha con patatas chips 	Pavo salteado con ajo y perejil con lechuga 	Filete de magro de cerdo a la plancha con patatas chips 
Fruta 	Fruta 	Fruta fresca 	Yogur 	Fruta 
<small>Energía: 520 kcal. Lípidos: 19,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 4,7 g. Hidratos de carbono: 52,9 g. Azúcares: 14,0 g. Proteínas: 29,1 g. Sal: 1,3 g. - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011. Energía: 758 kcal. Lípidos: 28,6 g. Ácidos Grasos Saturados: 7,1 g. Hidratos de carbono: 75,9 g. Azúcares: 18,7 g. Proteínas: 43,8 g. Sal: 2,0 g. - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011. Energía: 939 kcal. Lípidos: 37,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 9,2 g. Hidratos de carbono: 87,1 g. Azúcares: 19,7 g. Proteínas: 56,8 g. Sal: 2,4 g. - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.</small>				
LUNES 23	MARTES 24	MIERCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Arroz blanco con tomate frito 	Guisantes a la francesa 	Macarrones (sin gluten ni huevo) con tomate 	Lentejas a la castellana 	Brócoli salteado con patata 
Lomo adobado al horno 	Muslo de pollo al horno con lechuga 	Merluza a la andaluza con lechuga 	Cinta de lomo de cerdo plancha con lechuga 	Pechuga de pollo en salsa española 
Fruta fresca 	Fruta 	Fruta fresca 	Fruta fresca 	Vasito de helado 
<small>Energía: 516 kcal. Lípidos: 21,9 g. Ácidos Grasos Saturados: 6,6 g. Hidratos de carbono: 54,0 g. Azúcares: 15,5 g. Proteínas: 21,8 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: 753 kcal. Lípidos: 32,4 g. Ácidos Grasos Saturados: 9,6 g. Hidratos de carbono: 77,0 g. Azúcares: 20,3 g. Proteínas: 32,7 g. Sal: 1,8 g. - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011. Energía: 918 kcal. Lípidos: 41,7 g. Ácidos Grasos Saturados: 12,1 g. Hidratos de carbono: 87,6 g. Azúcares: 21,1 g. Proteínas: 41,3 g. Sal: 2,1 g. - Valoración nutricional calculada según Ingestas Recomendadas para un adulto con necesidades de 2000 Kcal/día. R UE 1169/2011.</small>				
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.