

2 VACACIONES



LUNES

3 VACACIONES

Soy blanca como la nieve y dulce como la miel, yo alegro los pasteles y la leche con el café

racúza le

MARTES

4 VACACIONES



MIRCOLES

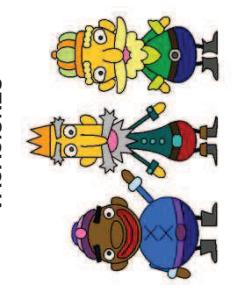
5 VACACIONES



bon appetit

JUEVES

6 VACACIONES



VIERNES

9 Macarrones a la Italiana

Escalope de ternera con ensalada de lechuga y tomate

Yogur - Agua - Pan

Kcal: 949 Prot: 41 gr Lip: 36 gr HdeC: 116 gr

LUNES

10 Crema de verduras frescas

Filete de merluza a la romana con ensalada de lechuga y maíz

Fruta - leche- Pan / Fruit -Milk- Bread

Kcal: 707 Prot: 37 gr Lip: 29 gr HdeC: 75 gr

MARTES

11 Judias blancas estofadas

Pollo al limón con patatas paja

Fruta-Leche-Pan / Fruit-Milk-Bread

Kcal: 926 Prot: 41 gr Lip: 35 gr HdeC: 111 gr

MIRCOLES

12 Arroz a la cubana

Medallon de merluza con ensalada de lechuga y zanahoria

Fruta-Leche-Pan / Fruit-Milk-Bread

Kcal: 905 Prot: 40 gr Lip: 27 gr HdeC: 125 gr

JUEVES

13 Judias verdes rehogadas

Huevos gratinados al horno con bechamel

Fruta-Leche-Pan / Fruit-Milk-Bread

Kcal: 856 Prot: 37 gr Lip: 44 gr HdeC: 78 gr

VIERNES

16 Lentejas con chorizo

Mero en salsa verde con guisantes

Yogur - Agua - Pan

Kcal: 874 Prot: 49 gr Lip: 29 gr HdeC: 103 gr

LUNES

17 Lombarda rehogada

Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz

Fruta-Leche-Pan / Fruit-Milk-Bread

Kcal: 755 Prot: 30 gr Lip: 38 gr HdeC: 73 gr

MARTES

18 Macarrones al horno

Jamón asado con patatas panaderas

Fruta-Leche-Pan / Fruit-Milk-Bread

Kcal: 1029 Prot: 40 gr Lip: 43 gr HdeC: 120 gr

MIRCOLES

19 Patatas guisadas con atún

Varitas y croquetas con ensalada de lechuga y zanahoria

Fruta-Leche-Pan / Fruit-Milk-Bread

Kcal: 836 Prot: 38 gr Lip: 35 gr HdeC: 91 gr

JUEVES

20 Sopa de cocido

Cocido Completo

Fruta-Leche-Pan / Fruit-Milk-Bread

Kcal: 916 Prot: 43 gr Lip: 44 gr HdeC: 86 gr

VIERNES

23 Coditos con salchichas

Filete de merluza en salsa

Yogur - Agua - Pan

Kcal: 929 Prot: 42 gr Lip: 34 gr HdeC: 113 gr

LUNES

24 Lentejas estofadas

Tortilla de atún con ensalada de lechuga y manzana

Fruta-Leche-Pan / Fruit-Milk-Bread

Kcal: 913 Prot: 43 gr Lip: 35 gr HdeC: 105 gr

MARTES

25 Acelgas rehogadas

Pollo asado en su jugo con patatas dado y champiñones

Fruta-Leche-Pan / Fruit-Milk-Bread

Kcal: 923 Prot: 50 gr Lip: 42 gr HdeC: 86 gr

MIRCOLES

26 Arroz a la milanesa

Emperador al ajillo con ensalada de lechuga

Fruta-Leche-Pan / Fruit-Milk-Bread

Kcal: 918 Prot: 39 gr Lip: 29 gr HdeC: 125 gr

JUEVES

27 Crema de verduras

Jamón york villarroy con ensalada de lechuga y maíz

Fruta-Leche-Pan / Fruit-Milk-Bread

Kcal: 727 Prot: 21 gr Lip: 32 gr HdeC: 90 gr

VIERNES

30 Guisantes rehogados con jamón

Albóndigas estofadas con patatas

Yogur - Agua - Pan

Kcal: 1018 Prot: 47 gr Lip: 49 gr HdeC: 97 gr

LUNES

31 Sopa de cocido

Cocido Completo

Fruta-Leche-Pan / Fruit-Milk-Bread

Kcal: 869 Prot: 43 gr Lip: 44 gr HdeC: 75 gr

MARTES

1



MIRCOLES

2

Soy un viejo arrugadito que si me echan al agua me pongo gordito

oznabrag le

JUEVES

3



VIERNES