



MENÚ DE COMEDOR

SEPTIEMBRE 2025



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Kcal media semanal: 444.4 CH:61.1 G:14.8 P:16.6

1 Kcal: 455 CH:62.5 G:15.1 P:17 PURÉ DE POLLO, VERDURAS Y HORTALIZAS CHICKEN AND VEGETABLES PUREE CREMA DE PUERROS LEEKS CREAM POLLO PLANCHA CON PATATAS ASADAS GRILLED CHICKEN WITH BAKED POTATOES FRUTA FRUIT	2 Kcal: 426 CH:58.5 G:14.2 P:15.9 PURÉ DE MERLUZA, VERDURAS Y HORTALIZAS HAKE WITH VEGETABLES PUREE MACARRONES CON TOMATE CASERO MACARONI WITH HOMEMADE TOMATO MERLUZA AL VAPOR CON ENSALADA STEAMED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	3 Kcal: 434 CH:59.6 G:14.2 P:15.9 PURÉ DE GARBANZOS, VERDURAS Y HORTALIZAS CHICKPEAS WITH VEGETABLES PUREE SOPA DE AVE CON HIERBABUENA BIRD SOUP WITH PEPPERMINT LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA GRILLED PORK LOIN WITH SALAD FRUTA FRUIT	4 Kcal: 448 CH:61.1 G:14.9 P:16.8 PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS BEEF WITH VEGETABLES PUREE LENTEJAS CON VERDURAS LENTILS WITH VEGETABLES TORTILLA PATATAS CON ENSALADA SPANISH OMELETTE WITH SALAD FRUTA FRUIT	5 Kcal: 459 CH:63.1 G:15.3 P:17.2 PURÉ DE HUEVO, VERDURAS Y HORTALIZAS EGG WITH VEGETABLES PUREE ARROZ CON TOMATE CASERO RICE WITH HOMEMADE TOMATO POLLO AL LIMÓN Y ROMERO CON ENSALADA LEMON AND ROSEMARY CHICKEN WITH SALAD FRUTA FRUIT
--	---	---	--	--

Kcal media semanal: 456 CH:62.7 G:15.2 P:17.1

8 Kcal: 440 CH:60.5 G:14.6 P:16.5 PURÉ DE PAVO, VERDURAS Y HORTALIZAS TURKEY WITH VEGETABLES PUREE ESPAGUETIS CON AJO Y QUESO GARLIC AND CHEESE SPAGHETTI MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA OVEN-BAKED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	9 Kcal: 475 CH:65.3 G:15.8 P:17.8 PURÉ DE BACALAO FRESCO, VERDURAS Y HORTALIZAS COD WITH VEGETABLES PUREE JUDÍAS VERDES CON TOMATE GREEN BEANS WITH TOMATO ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA MEATBALLS JARDINERE FRUTA FRUIT	10 Kcal: 444 CH:61 G:14.8 P:16.6 PURÉ DE ALUBIAS, VERDURAS Y HORTALIZAS BEANS WITH VEGETABLES PUREE SOPA DE COCIDO STEW SOUP COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW FRUTA FRUIT	11 Kcal: 459 CH:63.1 G:15.3 P:17.2 PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS BEEF WITH VEGETABLES PUREE ARROZ FRÍTO CON HUEVO FRIED RICE WITH EGG CRUJIENTE DE BACALAO AL HORNO CRISPY BAKED COD FRUTA FRUIT	12 Kcal: 462 CH:63.5 G:15.4 P:17.3 PURÉ DE LENTEJAS, VERDURAS Y HORTALIZAS LENTILS WITH VEGETABLES PUREE CREMA DE CALABACÍN COURGETTE CREAM MAGRO CON TOMATE Y PIMIENTOS LEAN WITH TOMATO YOGUR YOGHOURT
---	---	---	--	---

Kcal media semanal: 445.2 CH:61.2 G:14.8 P:16.6

15 Kcal: 453 CH:62.2 G:15.1 P:16.9 PURÉ DE POLLO, VERDURAS Y HORTALIZAS CHICKEN AND VEGETABLES PUREE ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS BAKED RICE WITH CHICKPEAS MERLUZA ORLY CON ENSALADA BREADED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	16 Kcal: 402 CH:55.2 G:13.4 P:15 PURÉ DE MERLUZA, VERDURAS Y HORTALIZAS HAKE WITH VEGETABLES PUREE BROCOLI CON PESTO BROCOLI WITH PESTO SAUCE HAMBURGUESA EN SALSA CON ENSALADA HAMBURGER IN SAUCE WITH SALAD FRUTA FRUIT	17 Kcal: 436 CH:59.9 G:14.5 P:16.3 PURÉ DE GARBANZOS, VERDURAS Y HORTALIZAS CHICKPEAS WITH VEGETABLES PUREE LENTEJAS ESTOFADAS LENTILS STEW TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA SPANISH OMELETTE WITH SALAD FRUTA FRUIT	18 Kcal: 451 CH:62 G:15 P:16.9 PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS BEEF WITH VEGETABLES PUREE CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO CARROT AND SWEET POTATO CREAM POLLO AL CURRY CURRY CHICKEN FRUTA FRUIT	19 Kcal: 484 CH:66.5 G:16.1 P:18.1 PURÉ DE HUEVO, VERDURAS Y HORTALIZAS EGG WITH VEGETABLES PUREE FUSILLI A LA NAPOLITANA FUSILLI WITH NEAPOLITAN SAUCE SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA BAKED SALMON WITH SALAD YOGUR YOGHOURT
--	--	---	---	--

Kcal media semanal: 460.8 CH: 63.3 G:15.3 P:17.2

22 Kcal: 458 CH:62.9 G:15.2 P:17.1 PURÉ DE PAVO, VERDURAS Y HORTALIZAS TURKEY WITH VEGETABLES PUREE ARROZ CON POLLO Y JUDÍAS RICE WITH CHICKEN AND BEANS FILETE DE GALLO CON ENSALADA SOLE FILLET WITH SALAD FRUTA FRUIT	23 Kcal: 450 CH:61.8 G:15 P:16.8 PURÉ DE BACALAO FRESCO, VERDURAS Y HORTALIZAS COD WITH VEGETABLES PUREE CREMA DE CALABAZA PUMPKIN CREAM PECHUGA DE POLLO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS CHICKEN BREAST WITH PEAS AND CARROTS FRUTA FRUIT	24 Kcal: 472 CH:64.9 G:15.7 P:17.7 PURÉ DE ALUBIAS, VERDURAS Y HORTALIZAS BEANS WITH VEGETABLES PUREE SOPA DE COCIDO STEW SOUP COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW FRUTA FRUIT	25 Kcal: 435 CH:59.8 G:14.5 P:16.3 PURÉ DE TERNERA, VERDURAS Y HORTALIZAS BEEF WITH VEGETABLES PUREE PANACHE DE VERDURAS VEGETABLES JAMÓN BRASEADO CON VERDURAS ROAST HAM WITH VEGETABLES FRUTA FRUIT	26 Kcal: 489 CH:67.2 G:16.3 P:18.3 PURÉ DE LENTEJAS, VERDURAS Y HORTALIZAS LENTILS WITH VEGETABLES PUREE TALLARINES A LA CREMA TAGLIATELLE WITH CREAM TORTILLA DE CALABACÍN CON ENSALADA ZUCCHINI OMELETTE YOGUR YOGHOURT
---	--	---	--	--

Kcal media semanal: 455.5 CH: 62.6 G:15.1 P:17

29 Kcal: 468 CH: 64.3 G:15.6 P:17.55 PURÉ DE POLLO, VERDURAS Y HORTALIZAS CHICKEN AND VEGETABLES PUREE ALUBIAS ESTOFADAS STUFFED BEANS LONGANIZA EN SALSA CON PATATAS PANADERAS SAUSAGE IN SAUCE WITH RUSTIC POTATOES FRUTA FRUIT	30 Kcal: 443 CH:60.9 G:14.7 P:16.6 PURÉ DE MERLUZA, VERDURAS Y HORTALIZAS HAKE WITH VEGETABLES PUREE MACARRONES A LA NAPOLITANA NEAPOLITAN STYLE MACARONI MERLUZA A LA VASCA BASQUE HAKE FRUTA FRUIT			
--	---	--	--	--



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Kcal media semanal: 654 CH:89.9 G:21.8 P: 24.52

1	2	3	4	5 Kcal: 654 CH:89.9 G:21.8 P:24.5 ARROZ CON TOMATE CASERO RICE WITH HOMEMADE TOMATO POLLO AL LIMÓN Y ROMERO CON ENSALADA LEMON AND ROSEMARY CHICKEN WITH SALAD YOGUR YOGHOURT
---	---	---	---	---

Kcal media semanal: 653.2 CH:89.8 G:21.7 P:24.4

8 Kcal: 642 CH:88.2 G:21.4 P:24 ESPAGUETIS CON AJO Y QUESO GARLIC AND CHEESE SPAGHETTI MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA OVEN-BAKED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	9 Kcal: 655 CH:90 G:21.8 P:24.5 JUDÍAS VERDES CON TOMATE GREEN BEANS WITH TOMATO ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA MEATBALLS JARDINERE FRUTA FRUIT	10 Kcal: 649 CH:89.2 G:21.6 P:16.6 SOPA DE COCIDO STEW SOUP COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW FRUTA FRUIT	11 Kcal: 678 CH: 93.2 G:22.6 P:25.4 ARROZ FRÍTO CON HUEVO FRIED RICE WITH EGG CRUJIENTE DE BACALAO AL HORNO CRISPY BAKED COD FRUTA FRUIT	12 Kcal: 641 CH:88 G:21.1 P:23.7 CREMA DE CALABACÍN COURGETTE CREAM MAGRO CON TOMATE Y PIMIENTOS LEAN WITH TOMATO YOGUR YOGHOURT
---	--	---	--	--

Kcal media semanal: 660.4 CH:90.8 G:22 P:24.7

15 Kcal: 663 CH:91.1 G:22.1 P:24.8 ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS BAKED RICE WITH CHICKPEAS MERLUZA ONLY CON ENSALADA BREADED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	16 Kcal: 689 CH:94.7 G:22.9 P:25.8 BROCOLI CON PESTO BROCOLI WITH PESTO SAUCE HAMBURGUESA EN SALSA CON ENSALADA HAMBURGER IN SAUCE WITH SALAD FRUTA FRUIT	17 Kcal: 654 CH:89.9 G:21.8 P:25.5 LENTEJAS ESTOFADAS LENTILS STEW TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA SPANISH OMELETTE WITH SALAD FRUTA FRUIT	18 Kcal: 625 CH:85.9 G:20.8 P:23.4 CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO CARROT AND SWEET POTATO CREAM POLLO AL CURRY CURRY CHICKEN FRUTA FRUIT	19 Kcal: 671 CH:92.2 G:22.3 P:25.1 FUSILLI A LA NAPOLITANA FUSILLI WITH NEAPOLITAN SAUCE SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA BAKED SALMON WITH SALAD YOGUR YOGHOURT
---	---	---	--	--

Kcal media semanal: 649.8 CH: 89.3 G: 21.6 P:24.3

22 Kcal: 662 CH:91 G: 22 P:24.8 ARROZ CON POLLO Y JUDÍAS RICE WITH CHICKEN AND BEANS FILETE DE GALLO CON ENSALADA SOLE FILLET WITH SALAD FRUTA FRUIT	23 Kcal: 611 CH:84 G: 20.3 P:22.9 CREMA DE CALABAZA PUMPKIN CREAM PECHUGA DE POLLO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS CHICKEN BREAST WITH PEAS AND CARROTS FRUTA FRUIT	24 Kcal: 688 CH:94.6 G:22.9 P:25.8 SOPA DE COCIDO STEW SOUP COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW FRUTA FRUIT	25 Kcal: 614 CH:84.4 G:20.4 P:23 PANACHE DE VERDURAS VEGETABLES JAMÓN BRASEADO CON VERDURAS ROAST HAM WITH VEGETABLES FRUTA FRUIT	26 Kcal: 674 CH:92.6 G: 24.4 P:25.2 TALLARINES A LA CREMA TAGLIATELLE WITH CREAM TORTILLA DE CALABACÍN CON ENSALADA ZUCCHINI OMELETTE YOGUR YOGHOURT
--	--	---	---	--

Kcal media semanal: 651.5 CH: 89.5 G:21.7 P:24.4

29 Kcal: 653 CH: 89.7 G:21.7 P:24.4 ALUBIAS ESTOFADAS STUFFED BEANS LONGANIZA EN SALSA CON PATATAS PANADERAS SAUSAGE IN SAUCE WITH RUSTIC POTATOES FRUTA FRUIT	30 Kcal: 650 CH:89.3 G:21.6 P:24.3 MACARRONES A LA NAPOLITANA NEAPOLITAN STYLE MACARONI MERLUZA A LA VASCA BASQUE - STYLE HAKE FRUTA FRUIT			
--	--	--	--	--



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Kcal media semanal: 839.8 CH:115.4 G:27.9 P:31.4

1	2	3	4	5 Kcal: 856 CH:117.7 G:28.5 P:31.2 ARROZ CON TOMATE CASERO RICE WITH HOMEMADE TOMATO GAZPACHO ANDALÚZ TOMATO SOUP POLLO AL LIMÓN Y ROMERO CON ENSALADA LEMON AND ROSEMARY CHICKEN WITH SALAD BACALAO GRATINADO EN SALSA VERDE GRATIN COD IN GREEN SAUCE FRUTA FRUIT
---	---	---	---	--

Kcal media semanal: 847.8 CH:116.5 G:28.2 P:31.7

8 Kcal: 862 CH:118.5 G:28.7 P:32.3 ESPAGUETIS CON AJO Y QUESO GARLIC AND CHEESE SPAGHETTI ENSALADA DE BACALAO COD SALAD MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA OVEN-BAKED HAKE WITH SALAD CROQUETAS DE JAMÓN SERRANO HAM CROQUETTES FRUTA FRUIT	9 Kcal: 845 CH:116.1 G:28.1 P:31.6 JUDÍAS VERDES CON TOMATE GREEN BEANS WITH TOMATO ARROZ NEGRO CON ALI OLI BLACK RICE WITH GARLIC ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA MEATBALLS JARDINERE TACOS DE PESCADO CON GUACAMOLE FISH TACOS WITH GUACAMOLE FRUTA FRUIT	10 Kcal: 826 CH: 133.5 G:27.5 P:30.9 SOPA DE COCIDO STEW SOUP QUICHÉ DE CALABACÍN ZUCCHINI QUICHE COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW SALMÓN A LA PLANCHA CON VERDURAS GRILLED SALMON WITH VEGETABLES FRUTA FRUIT	11 Kcal: 839 CH:115.3 G:27.9 P:31.4 ARROZ FRÍTO CON HUEVO FRIED RICE WITH EGG SALMOREJO TOMATO SOUP CRUJIENTE DE BACALAO AL HORNO CRISPY BAKED COD LACÓN A LA GALLEGA HAM IN GALICIAN STYLE FRUTA FRUIT	12 Kcal: 867 CH:119.2 G:28.9 P:32.5 CREMA DE CALABACÍN COURGETTE CREAM ENSALADA DE COUS - COUS COUS COUS SALAD MAGRO CON TOMATE Y PIMIENTOS LEAN WITH TOMATO PIZZA DE JAMÓN Y QUESO HAM AND CHEESE PIZZA YOGUR YOGHOURT
---	--	--	--	--

Kcal media semanal: 850.8 CH:116.9 G:28.3 P:31.9

15 Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8 ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS BAKED RICE WITH CHICKPEAS COLIFLOR GRATINADA GRATIN CAULIFLOWER MERLUZA ORLY CON ENSALADA BREADED HAKE WITH SALAD WOK DE POLLO Y VERDURAS CHICKEN AND VEGETABLES WOK FRUTA FRUIT	16 Kcal: 860 CH:118.2 G:28.6 P: 32.2 BROCOLI CON PESTO BROCOLI WITH PESTO SAUCE CANELONES CANNELLONI HAMBURGUESA EN SALSA CON ENSALADA HAMBURGER IN SAUCE WITH SALAD PIMIENTOS RELLENOS DE BACALAO COD STUFFED PEPPERS FRUTA FRUIT	17 Kcal: 874 CH:120.1 G:29.1 P:32.7 LENTEJAS ESTOFADAS LENTILS STEW GAZPACHO ANDALÚZ TOMATO SOUP TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA SPANISH OMELETTE WITH SALAD BERENJENA RELLENA CON ENSALADA STUFFED AUBERGINES WITH SALAD FRUTA FRUIT	18 Kcal: 829 CH:113.9 G:27.6 P:31 CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO CARROT AND SWEET POTATO CREAM PATATAS CON SEPIA POTATOES WITH CUTTLEFISH POLLO AL CURRY CURRY CHICKEN BOQUERONES AL LIMÓN CON ENSALADA LEMON ANCHOVIES WITH SALAD FRUTA FRUIT	19 Kcal: 842 CH:115.7 G:28 P:31.5 FUSILLI A LA NAPOLITANA FUSILLI WITH NEAPOLITAN SAUCE ENSALADA DE PIMIENTOS ASADOS ROASTED PEPPER SALAD SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA BAKED SALMON WITH SALAD CALAMAR A LA ROMANA ROMAN-STYLE SQUID YOGUR YOGHOURT
--	---	---	---	--

Kcal media semanal: 847 CH: 116.4 G:28.2 P:31.7

22 Kcal: 852 CH:117.1 G: 28.4 P:31.9 ARROZ CON POLLO Y JUDÍAS RICE WITH CHICKEN AND BEANS VERDURAS ASADAS CON MIEL Y LIMA LIME FILETE DE GALLO CON ENSALADA SOLE FILLET WITH SALAD LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA HAM AND CHEESE BOOKLETS FRUTA FRUIT	23 Kcal: 864 CH:118.8 G:28.8 P:32.4 CREMA DE CALABAZA PUMPKIN CREAM LASAÑA DE VERDURAS VEGETABLES LASAGNA PECHUGA DE POLLO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS CHICKEN BREAST WITH PEAS AND CARROTS ATÚN A LA PLANCHA CON PIMIENTOS GRILLED TUNA WITH PEPPERS FRUTA FRUIT	24 Kcal: 827 CH:113.7 G:27.5 P:31 SOPA DE COCIDO STEW SOUP ACELGAS SALTEADAS SAUTÉED SWISS CHARD COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW RAPE A LA MARINERA MARINERE MONKFISH FRUTA FRUIT	25 Kcal: 877 CH:120.5 G:29.2 P:32.8 PANACHE DE VERDURAS VEGETABLES ARROZ CALDOSO SOUPY RICE JAMÓN BRASEADO CON VERDURAS ROAST HAM WITH VEGETABLES CHIPIRONES A LA ANDALUZA ANDALUSIAN-STYLE BABY SQUID FRUTA FRUIT	26 Kcal: 815 CH:112 G: 27.1 P:30.5 TALLARINES A LA CREMA TAGLIATELLE WITH CREAM SALMOREJO CORDOBÉS TOMATO SOUP TORTILLA DE CALABACÍN CON ENSALADA ZUCCHINI OMELETTE CINTA DE LOMO AL AJILLO GARLIC PORK LOIN YOGUR YOGHOURT
--	---	--	---	--

Kcal media semanal: 849.5 CH: 116.8 G:28.3 P: 31.8

29 Kcal: 834 CH: 114.6 G:27.8 P:31.2 ALUBIAS ESTOFADAS STUFFED BEANS CHAMPIÑONES SALTEADOS SAUTÉED MUSHROOMS LONGANIZA EN SALSA CON PATATAS PANADERAS SAUSAGE IN SAUCE WITH RUSTIC POTATOES BACALAO ENCEBOLLADO CON PISTO GARLIC COD WITH RATATOUILLE FRUTA FRUIT	30 Kcal: 865 CH:118.9 G:28.8 P:32.4 MACARRONES A LA NAPOLITANA NEAPOLITAN STYLE MACARONI ESPINACAS GRATINADAS GRATIN SPINACH MERLUZA A LA VASCA BASQUE - STYLE HAKE EMPANADILLA DE ATÚN TUNA PIE FRUTA FRUIT			
--	---	--	--	--



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Kcal media semanal: 839.8 CH:115.4 G:27.9 P:31.4

1 Kcal: 825 CH:113.4 G:27.5 P:30.9 CREMA DE PUERRO LEEEKS CREAM PECHUGA DE POLLO PLANCHAS CON PATATAS ASADAS GRILLED CHICKEN WITH BAKED POTATOES FRUTA FRUIT	2 Kcal: 814 CH:111.9 G:27.1 P:30.5 MACARRONES SIN HUEVO CON TOMATE CASERO FREE EGG MACARONI WITH HOMEMADE TOMATO MERLUZA AL VAPOR CON ENSALADA STEAMED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	3 Kcal: 845 CH:116.1 G:28.1 P:31.6 SOPA SIN HUEVO CON HIERBABUENA EGG FREE SOUP WITH PEPPERMINT LOMO DE SAJONIA A LA PLANCHAS CON ENSALADA SAXONY PORK LOIN FILLET WITH SALAD FRUTA FRUIT	4 Kcal: 859 CH:118.11 G:28.6 P:32.2 LENTEJAS CON VERDURAS LENTILS WITH VEGETABLES SALMÓN A LA PLANCHAS GRILLED SALMON FRUTA FRUIT	5 Kcal: 856 CH:117.7 G:28.5 P:31.2 ARROZ CON TOMATE CASERO RICE WITH HOMEMADE TOMATO POLLO AL LIMÓN Y ROMERO CON ENSALADA LEMON AND ROSEMARY CHICKEN WITH SALAD FRUTA FRUIT
---	--	---	---	---

Kcal media semanal: 847.8 CH:116.5 G:28.2 P:31.7

8 Kcal: 862 CH:118.5 G:28.7 P:32.3 PASTA CON AJO Y QUESO SIN HUEVO EGG FREE GARLIC AND CHEESE SPAGHETTI MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA OVEN-BAKED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	9 Kcal: 845 CH:116.1 G:28.1 P:31.6 JUDÍAS VERDES CON TOMATE GREEN BEANS WITH TOMATO ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA MEATBALLS JARDINERE FRUTA FRUIT	10 Kcal: 826 CH: 133.5 G:27.5 P:30.9 SOPA DE COCIDO SIN HUEVO EGG FREE STEW SOUP COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW FRUTA FRUIT	11 Kcal: 839 CH:115.3 G:27.9 P:31.4 ARROZ FRITO SIN HUEVO EGG FREE FRIED RICE BACALAO AL HORNO BAKED COD FRUTA FRUIT	12 Kcal: 867 CH:119.2 G:28.9 P:32.5 CREMA DE CALABACÍN COURGETTE CREAM MAGRO CON TOMATE Y PIMIENTOS LEAN WITH TOMATO AND PEPPERS YOGUR YOGHOURT
--	---	--	--	---

Kcal media semanal: 850.8 CH:116.9 G:28.3 P:31.9

15 Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8 ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS BAKED RICE WITH CHICKPEAS MERLUZA AL HORNO BAKED HAKE FRUTA FRUIT	16 Kcal: 860 CH:118.2 G:28.6 P:32.2 BROCOLI CON PESTO BROCOLI WITH PESTO SAUCE HAMBURGUESA EN SALSA CON ENSALADA HAMBURGER IN SAUCE WITH SALAD FRUTA FRUIT	17 Kcal: 874 CH:120.1 G:29.1 P:32.7 LENTEJAS ESTOFADAS LENTILS STEW FILETE DE SAN PEDRO CON ENSALADA JOHN DORY FILLET WITH SALAD FRUTA FRUIT	18 Kcal: 829 CH:113.9 G:27.6 P:31 CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO CARROT AND SWEET POTATO CREAM POLLO AL CURRY CURRY CHICKEN FRUTA FRUIT	19 Kcal: 842 CH:115.7 G:28 P:31.5 PASTA A LA NAPOLITANA SIN HUEVO EGG FREE FUSILLI WITH NEAPOLITAN SAUCE SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA BAKED SALMON WITH SALAD YOGUR YOGHOURT
--	--	--	---	--

Kcal media semanal: 847 CH: 116.4 G:28.2 P:31.7

22 Kcal: 852 CH:117.1 G: 28.4 P:31.9 ARROZ CON POLLO Y JUDÍAS RICE WITH CHICKEN AND BEANS FILETE DE GALLO CON ENSALADA SOLE FILLET WITH SALAD FRUTA FRUIT	23 Kcal: 864 CH:118.8 G:28.8 P:32.4 CREMA DE CALABAZA PUMPKIN CREAM PECHUGA DE POLLO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS CHICKEN BREAST WITH PEAS AND CARROTS FRUTA FRUIT	24 Kcal: 827 CH:113.7 G:27.5 P:31 SOPA DE COCIDO SIN HUEVO EGG FREE STEW SOUP COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW FRUTA FRUIT	25 Kcal: 877 CH:120.5 G:29.2 P:32.8 PANACHE DE VERDURAS VEGETABLES JAMÓN BRASEADO CON VERDURAS ROAST HAM WITH VEGETABLES FRUTA FRUIT	26 Kcal: 815 CH:112 G: 27.1 P:30.5 PASTA SIN HUEVO CON TOMATE CASERO EGG FREE PASTA WITH HANDMADE TOMATO SAUCE CINTA DE LOMO CON ENSALADA PORK LOIN WITH SALAD YOGUR YOGHOURT
---	--	---	--	---

Kcal media semanal: 849.5 CH: 116.8 G:28.3 P: 31.8

29 Kcal: 834 CH: 114.6 G:27.8 P:31.2 ALUBIAS ESTOFADAS STUFFED BEANS LONGANIZA EN SALSA CON PATATAS PANADERAS SAUSAGE IN SAUCE WITH RUSTIC POTATOES FRUTA FRUIT	30 Kcal: 865 CH:118.9 G:28.8 P:32.4 PASTA A LA NAPOLITANA SIN HUEVO EGG FREE NEAPOLITAN STYLE MACARONI MERLUZA A LA VASCA BASQUE - STYLE HAKE FRUTA FRUIT			
---	---	--	--	--

SEPTIEMBRE 2025

ALERGIA AL PESCADO Y MARISCO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Kcal media semanal: 839.8 CH:115.4 G:27.9 P:31.4

1 Kcal: 825 CH:113.4 G:27.5 P:30.9 CREMA DE PUERRO LEEEKS CREAM PECHUGA DE POLLO PLANCHA CON PATATAS ASADAS GRILLED CHICKEN BREAST WITH BAKED POTATOES FRUTA FRUIT	2 Kcal: 814 CH:111.9 G:27.1 P:30.5 MACARRONES CON TOMATE CASERO MACARONI WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA CHEESE OMELETTE WITH SALAD FRUTA FRUIT	3 Kcal: 845 CH:116.1 G:28.1 P:31.6 SOPA DE AVENA CON HIERBABUENA OATMEAL SOUP WITH PEPPERMINT LOMO DE SAJONIA PLANCHA CON ENSALADA GRILLED JOHN DORY FILLET WITH SALAD FRUTA FRUIT	4 Kcal: 859 CH:118.11 G:28.6 P:32.2 LENTEJAS CON VERDURAS RICE WITH HOMEMADE TOMATO TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA LEMON AND ROSEMARY CHICKEN WITH SALAD FRUTA FRUIT	5 Kcal: 856 CH:117.7 G:28.5 P:31.2 ARROZ CON TOMATE CASERO RICE WITH HOMEMADE TOMATO POLLO AL LIMÓN Y ROMERO CON ENSALADA LEMON AND ROSEMARY CHICKEN WITH SALAD FRUTA FRUIT
---	---	--	--	---

Kcal media semanal: 847.8 CH:116.5 G:28.2 P:31.7

8 Kcal: 862 CH:118.5 G:28.7 P:32.3 ESPAGUETIS CON AJO Y QUESO GARLIC AND CHEESE SPAGHETTI POLLO AL HORNO CON ENSALADA OVEN-BAKED CHICKEN WITH SALAD FRUTA FRUIT	9 Kcal: 845 CH:116.1 G:28.1 P:31.6 JUDÍAS VERDES CON TOMATE GREEN BEANS WITH TOMATO ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA MEATBALLS JARDINERE FRUTA FRUIT	10 Kcal: 826 CH: 133.5 G:27.5 P:30.9 SOPA DE COCIDO STEW SOUP COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW FRUTA FRUIT	11 Kcal: 839 CH:115.3 G:27.9 P:31.4 ARROZ FRÍTO CON HUEVO FRIED RICE WITH EGG LA CON A LA GALLEGA GALICIAN - STYLE PORK SHOULDER FRUTA FRUIT	12 Kcal: 867 CH:119.2 G:28.9 P:32.5 CREMA DE CALABACÍN COURGETTE CREAM MAGRO CON TOMATE Y PIMIENTOS LEAN WITH TOMATO YOGUR YOGHOURT
---	---	---	---	---

Kcal media semanal: 850.8 CH:116.9 G:28.3 P:31.9

15 Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8 ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS BAKED RICE WITH CHICKPEAS HUEVOS REVUELTOS MURCIANOS MURCIAN - STYLE SCRAMBLED EGGS FRUTA FRUIT	16 Kcal: 860 CH:118.2 G:28.6 P: 32.2 BROCOLI CON PESTO BROCOLI WITH PESTO SAUCE HAMBURGUESA EN SALSA CON ENSALADA HAMBURGER IN SAUCE WITH SALAD FRUTA FRUIT	17 Kcal: 874 CH:120.1 G:29.1 P:32.7 LENTEJAS ESTOFADAS LENTILS STEW TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA SPANISH OMELETTE WITH SALAD FRUTA FRUIT	18 Kcal: 829 CH:113.9 G:27.6 P:31 CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO CARROT AND SWEET POTATO CREAM POLLO AL CURRY CURRY CHICKEN FRUTA FRUIT	19 Kcal: 842 CH:115.7 G:28 P:31.5 FUSILLI A LA NAPOLITANA FUSILLI WITH NEAPOLITAN SAUCE LOMO ADOBADO CON ENSALADA MARINATED PORK LOIN WITH SALAD YOGUR YOGHOURT
---	--	---	--	---

Kcal media semanal: 847 CH: 116.4 G:28.2 P:31.7

22 Kcal: 852 CH:117.1 G: 28.4 P:31.9 ARROZ CON POLLO Y JUDÍAS RICE WITH CHICKEN AND BEANS LIBRITOS DE YORK Y QUESO CON ENSALADA HAM AND CHEESE BOOKLETS WITH SALAD FRUTA FRUIT	23 Kcal: 864 CH:118.8 G:28.8 P:32.4 CREMA DE CALABAZA PUMPKIN CREAM PECHUGA DE POLLO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS CHICKEN BREAST WITH PEAS AND CARROTS FRUTA FRUIT	24 Kcal: 827 CH:113.7 G:27.5 P:31 SOPA DE COCIDO STEW SOUP COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW FRUTA FRUIT	25 Kcal: 877 CH:120.5 G:29.2 P:32.8 PANACHE DE VERDURAS VEGETABLES JAMÓN BRASEADO CON VERDURAS ROAST HAM WITH VEGETABLES FRUTA FRUIT	26 Kcal: 815 CH:112 G: 27.1 P:30.5 TALLARINES A LA CREMA TAGLIATELLE WITH CREAM TORTILLA DE CALABACÍN CON ENSALADA ZUCCHINI OMELETTE YOGUR YOGHOURT
--	---	--	---	---

Kcal media semanal: 849.5 CH: 116.8 G:28.3 P: 31.8

29 Kcal: 834 CH: 114.6 G:27.8 P:31.2 ALUBIAS ESTOFADAS STUFFED BEANS LONGANIZA EN SALSA CON PATATAS PANADERAS SAUSAGE IN SAUCE WITH RUSTIC POTATOES FRUTA FRUIT	30 Kcal: 865 CH:118.9 G:28.8 P:32.4 MACARRONES A LA NAPOLITANA NEAPOLITAN STYLE MACARONI TORTILLA DE PATATAS SPANISH OMELETTE FRUTA FRUIT			
--	--	--	--	--



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Kcal media semanal: 839.8 CH:115.4 G:27.9 P:31.4

1 Kcal: 825 CH:113.4 G:27.5 P:30.9 CREMA DE PUERRO RICE WITH HOMEMADE TOMATO PECHUGA DE POLLO PLANCHA CON PATATAS ASADAS GRILLED CHICKEN BREAST WITH BAKED POTATOES FRUTA FRUIT	2 Kcal: 814 CH:111.9 G:27.1 P:30.5 MACARRONES SIN GLUTEN CON TOMATE CASERO GLUTEN FREE MACARONI WITH HANDMADE TOMATO SAUCE MERLUZA AL VAPOR CON ENSALADA STEAMED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	3 Kcal: 845 CH:116.1 G:28.1 P:31.6 SOPA SIN GLUTEN CON HIERBABUENA GLUTEN FREE SOUP WITH PEPPERMINT LOMO DE SAJONIA SIN GLUTEN PLANCHA CON ENSALADA SAXONY PORK LOIN FILLET WITH SALAD FRUTA FRUIT	4 Kcal: 859 CH:118.11 G:28.6 P:32.2 LENTEJAS CON VERDURAS SIN GLUTEN GLUTEN FREE LENTILS WITH VEGETABLES TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA SPANISH OMELETTE WITH SALAD FRUTA FRUIT	5 Kcal: 856 CH:117.7 G:28.5 P:31.2 ARROZ CON TOMATE CASERO RICE WITH HOMEMADE TOMATO POLLO AL LIMÓN Y ROMERO CON ENSALADA LEMON AND ROSEMARY CHICKEN WITH SALAD FRUTA FRUIT
---	--	--	---	---

Kcal media semanal: 847.8 CH:116.5 G:28.2 P:31.7

8 Kcal: 862 CH:118.5 G:28.7 P:32.3 PASTA CON AJO Y QUESO SIN GLUTEN GLUTEN FREE GARLIC AND CHEESE PASTA MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA OVEN-BAKED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	9 Kcal: 845 CH:116.1 G:28.1 P:31.6 JUDÍAS VERDES CON TOMATE GREEN BEANS WITH TOMATO ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA SIN GLUTEN MEATBALLS JARDINERE FRUTA FRUIT	10 Kcal: 826 CH: 133.5 G:27.5 P:30.9 SOPA DE COCIDO SIN GLUTEN GLUTEN FREE STEW SOUP COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW FRUTA FRUIT	11 Kcal: 839 CH:115.3 G:27.9 P:31.4 ARROZ FRÍTO CON HUEVO FRIED RICE WITH EGG BACALAO HORNO BAKED COD FRUTA FRUIT	12 Kcal: 867 CH:119.2 G:28.9 P:32.5 CREMA DE CALABACÍN COURGETTE CREAM MAGRO CON TOMATE Y PIMIENTOS LEAN WITH TOMATO YOGUR YOGHOURT
--	--	--	---	---

Kcal media semanal: 850.8 CH:116.9 G:28.3 P:31.9

15 Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8 ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS BAKED RICE WITH CHICKPEAS MERLUZA AL HORNO BAKED HAKE FRUTA FRUIT	16 Kcal: 860 CH:118.2 G:28.6 P:32.2 BROCOLI CON PESTO BROCOLI WITH PESTO SAUCE HAMBURGUESA SIN GLUTEN EN SALSA CON ENSALADA GLUTEN FREE HAMBURGER IN SAUCE WITH SALAD FRUTA FRUIT	17 Kcal: 874 CH:120.1 G:29.1 P:32.7 ESTOFADO DE POLLO CHICKEN STEW TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA SPANISH OMELETTE WITH SALAD FRUTA FRUIT	18 Kcal: 829 CH:113.9 G:27.6 P:31 CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO CARROT AND SWEET POTATO CREAM POLLO AL CURRY CURRY CHICKEN FRUTA FRUIT	19 Kcal: 842 CH:115.7 G:28 P:31.5 FUSILLI SIN GLUTEN A LA NAPOLITANA GLUTEN FREE FUSILLI WITH NEAPOLITAN SAUCE SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA BAKED SALMON WITH SALAD YOGUR YOGHOURT
--	---	---	---	--

Kcal media semanal: 847 CH: 116.4 G:28.2 P:31.7

22 Kcal: 852 CH:117.1 G: 28.4 P:31.9 ARROZ CON POLLO Y JUDÍAS RICE WITH CHICKEN AND BEANS FILETE DE GALLO CON ENSALADA SOLE FILLET WITH SALAD FRUTA FRUIT	23 Kcal: 864 CH:118.8 G:28.8 P:32.4 CREMA DE CALABAZA PUMPKIN CREAM PECHUGA DE POLLO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS CHICKEN BREAST WITH PEAS AND CARROTS FRUTA FRUIT	24 Kcal: 827 CH:113.7 G:27.5 P:31 SOPA DE COCIDO SIN GLUTEN GLUTEN FREE STEW SOUP COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW FRUTA FRUIT	25 Kcal: 877 CH:120.5 G:29.2 P:32.8 PANACHE DE VERDURAS VEGETABLES JAMÓN BRASEADO CON VERDURAS ROAST HAM WITH VEGETABLES FRUTA FRUIT	26 Kcal: 815 CH:112 G: 27.1 P:30.5 PASTA SIN GLUTEN A LA CREMA GLUTEN FREE PASTA WITH CREAM TORTILLA DE CALABACÍN CON ENSALADA ZUCCHINI OMELETTE YOGUR YOGHOURT
---	--	---	--	---

Kcal media semanal: 849.5 CH: 116.8 G:28.3 P: 31.8

29 Kcal: 834 CH: 114.6 G:27.8 P:31.2 ALUBIAS ESTOFADAS STUFFED BEANS LONGANIZA EN SALSA CON PATATAS PANADERAS SAUSAGE IN SAUCE WITH RUSTIC POTATOES FRUTA FRUIT	30 Kcal: 865 CH:118.9 G:28.8 P:32.4 PASTA SIN GLUTEN A LA NAPOLITANA GLUTEN FREE NEAPOLITAN STYLE PASTA MERLUZA A LA VASCA BASQUE - STYLE HAKE FRUTA FRUIT			
---	--	--	--	--

SEPTIEMBRE 2025

INTOLERANCIA A LA LACTOSA

ALERGIA A LA PROTEÍNA DE LA LECHE



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Kcal media semanal: 839.8 CH:115.4 G:27.9 P:31.4

1 Kcal: 825 CH:113.4 G:27.5 P:30.9 CREMA DE PUERRO RICE WITH HOMEMADE TOMATO PECHUGA DE POLLO PLANCHA CON PATATAS ASADAS LEMON AND ROSEMARY CHICKEN WITH SALAD FRUTA FRUIT	2 Kcal: 814 CH:111.9 G:27.1 P:30.5 MACARRONES CON TOMATE CASERO MACARONI WITH HOMEMADE TOMATO MERLUZA AL VAPOR CON ENSALADA STEAMED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	3 Kcal: 845 CH:116.1 G:28.1 P:31.6 SOPA DE AVENA CON HIERBABUENA OATMEAL SOUP WITH PEPPERMINT LOMO DE SAJONIA PLANCHA CON ENSALADA SAXONY PORK LOIN FILLET WITH SALAD FRUTA FRUIT	4 Kcal: 859 CH:118.11 G:28.6 P:32.2 LENTEJAS CON VERDURAS LENTILS WITH VEGETABLES TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA SPANISH OMELETTE WITH SALAD FRUTA FRUIT	5 Kcal: 856 CH:117.7 G:28.5 P:31.2 ARROZ CON TOMATE CASERO RICE WITH HOMEMADE TOMATO SAUCE POLLO AL LIMÓN Y ROMERO CON ENSALADA LEMON AND ROSEMARY CHICKEN WITH SALAD FRUTA FRUIT
--	---	---	--	---

Kcal media semanal: 847.8 CH:116.5 G:28.2 P:31.7

8 Kcal: 862 CH:118.5 G:28.7 P:32.3 ESPAGUETIS CON AJO Y TOMATE GARLIC AND TOMATO SPAGHETTI MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA OVEN-BAKED HAKE WITH SALAD FRUTA FRUIT	9 Kcal: 845 CH:116.1 G:28.1 P:31.6 JUDÍAS VERDES CON TOMATE GREEN BEANS WITH TOMATO ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA MEATBALLS JARDINERE FRUTA FRUIT	10 Kcal: 826 CH: 133.5 G:27.5 P:30.9 SOPA DE COCIDO STEW SOUP COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW FRUTA FRUIT	11 Kcal: 839 CH:115.3 G:27.9 P:31.4 ARROZ FRÍTO CON HUEVO FRIED RICE WITH EGG BACALAO AL HORNO BAKED COD FRUTA FRUIT	12 Kcal: 867 CH:119.2 G:28.9 P:32.5 CREMA DE CALABACÍN COURGETTE CREAM MAGRO CON TOMATE Y PIMIENTOS LEAN WITH TOMATO FRUTA FRUIT
---	---	---	--	--

Kcal media semanal: 850.8 CH:116.9 G:28.3 P:31.9

15 Kcal: 849 CH:116.7 G:28.3 P:31.8 ARROZ AL HORNO CON GARBANZOS BAKED RICE WITH CHICKPEAS MERLUZA AL HORNO BAKED HAKE FRUTA FRUIT	16 Kcal: 860 CH:118.2 G:28.6 P: 32.2 BROCOLI CON PESTO BROCOLI WITH PESTO SAUCE HAMBURGUESA EN SALSA CON ENSALADA HAMBURGER IN SAUCE WITH SALAD FRUTA FRUIT	17 Kcal: 874 CH:120.1 G:29.1 P:32.7 LENTEJAS ESTOFADAS LENTILS STEW TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA SPANISH OMELETTE WITH SALAD FRUTA FRUIT	18 Kcal: 829 CH:113.9 G:27.6 P:31 CREMA DE ZANAHORIA Y BONIATO CARROT AND SWEET POTATO CREAM POLLO AL CURRY CURRY CHICKEN FRUTA FRUIT	19 Kcal: 842 CH:115.7 G:28 P:31.5 FUSILLI A LA NAPOLITANA FUSILLI WITH NEAPOLITAN SAUCE SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA BAKED SALMON WITH SALAD FRUTA FRUIT
--	---	--	---	--

Kcal media semanal: 847 CH: 116.4 G:28.2 P:31.7

22 Kcal: 852 CH:117.1 G: 28.4 P:31.9 ARROZ CON POLLO Y JUDÍAS RICE WITH CHICKEN AND BEANS FILETE DE GALLO CON ENSALADA SOLE FILLET WITH SALAD FRUTA FRUIT	23 Kcal: 864 CH:118.8 G:28.8 P:32.4 CREMA DE CALABAZA PUMPKIN CREAM PECHUGA DE POLLO CON GUISANTES Y ZANAHORIAS CHICKEN BREAST WITH PEAS AND CARROTS FRUTA FRUIT	24 Kcal: 827 CH:113.7 G:27.5 P:31 SOPA DE COCIDO STEW SOUP COCIDO COMPLETO MADRID-STYLE STEW FRUTA FRUIT	25 Kcal: 877 CH:120.5 G:29.2 P:32.8 PANACHE DE VERDURAS VEGETABLES JAMÓN BRASEADO CON VERDURAS ROAST HAM WITH VEGETABLES FRUTA FRUIT	26 Kcal: 815 CH:112 G: 27.1 P:30.5 TALLARINES BOLOÑESA BOLOGNESE TAGLIATELLE TORTILLA DE CALABACÍN CON ENSALADA ZUCCHINI OMELETTE FRUTA FRUIT
---	--	--	--	---

Kcal media semanal: 849.5 CH: 116.8 G:28.3 P: 31.8

29 Kcal: 834 CH: 114.6 G:27.8 P:31.2 ALUBIAS ESTOFADAS STUFFED BEANS LONGANIZA EN SALSA CON PATATAS PANADERAS SAUSAGE IN SAUCE WITH RUSTIC POTATOES FRUTA FRUIT	30 Kcal: 865 CH:118.9 G:28.8 P:32.4 MACARRONES A LA NAPOLITANA NEAPOLITAN STYLE MACARONI MERLUZA A LA VASCA BASQUE - STYLE HAKE FRUTA FRUIT			
---	---	--	--	--



DESAYUNOS

MERIENDAS

DIARIO

OCASIONAL

DIARIO

OCASIONAL

LECHE
PAPILLA DE FRUTAS
FRUTA VARIADA
ACEITE DE OLIVA
VIRGEN EXTRA
PECHUGA DE PAVO
TOMATE RALLADO
ZUMO DE FRUTAS
TOSTADAS
CEREALES
GALLETAS

HUEVO REVUELTO
QUESO FRESCO
BIZCOCHO CASERO
SÁNDWICH
CHURROS

PAPILLA DE FRUTAS
LECHE
FRUTA VARIADA
ZUMO DE FRUTAS
BOCATAS

GALLETAS
BIZCOCHO
YOGUR
BATIDO DE FRUTAS
SÁNDWICH

**Lista de alimentos que se sirven en los desayunos y meriendas.
En la columna 'Diario' se detallan los productos que se ofrecen
todos los días y en 'Ocasional', aquellos que se sirven de forma
esporádica para complementar la dieta.**





LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Kcal media semanal: 645 CH: 886 G:21.5 P:24.1

1 ENSALADA VARIADA CON QUESO FETA, GUACAMOLE Y DADOS DE FRUTA SALMÓN A LA NARANJA FRUTA	2 GAZAPACHO TORTILLA DE CALABACÍN CON QUESO DE CABRA FRUTA	3 JUDÍAS VERDES CON DADOS DE PATATA Y TOMATE LUBINA AL HORNO FRUTA	4 ROLLITOS DE CALABACÍN CON HUMMUS DE GARBANZO BROCHETAS DE PAVO ADOBADAS CON ENELDO FRUTA	5 VERDURAS ASADAS AL HORNO CON BONIATO HUEVOS REVUELTOS CON AJETES FRUTA
---	--	--	--	--

Kcal media semanal: 689 CH:94.7 G:22.9 P:25.8

8 SALMOREJO ROTI DE PAVO CON CHAPIÑONES FRUTA	9 ALCACHOFAS SALTEADAS CON JAMÓN SERRANO SEPIA CON SALSA VERDE FRUTA	10 BROCHETAS DE VERDURAS HUEVOS RELLENOS FRUTA	11 ENSALADA DE LANGOSTINOS LIBRITOS DE PECHUGA DE POLLO CON QUESO DE CABRA FRUTA	12 COLIFLOR AL HORNO CON TAHINI MERLUZA EN SALADA VERDE YOGUR
---	--	--	--	---

Kcal media semanal: 618 CH:84.9 G:20.6 P:23.1

15 PURÉ DE CHAMPIÑONES CHIPIRONES RELLENOS FRUTA	16 ENSALADA COMPLETA CON MAÍZ Y GARBANZOS LOMO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA	17 PIMIENTOS ASADOS CON CEBOLLA Y ACEITUNAS PULPO A LA PLANCHA CON CREMA DE PATATA FRUTA	18 HERVIDO VALENCIANO DORADA AL HORNO FRUTA	19 STICKS DE PEPINO Y ZANAHORIA CON GUACAMOLE Y/O HUMMUS CALZONE RELLENOS DE VERDURAS Y PECHUGA DE POLLO FRUTA
--	--	--	---	--

Kcal media semanal: 677.6 CH: 93 G:22.5 P:25.3

22 PARRILLADA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON QUESO Y DADOS DE AGUACATE FRUTA	23 PURÉ DE ESPARRAGOS FAJITAS RELLENAS DE PISTO Y JAMÓN DE YORK FRUTA	24 MENESTRA CON GUISANTES HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN FRUTA	25 SALTEADO DE CHAMPIÑONES, PIMIENTO Y ZANAHORIA MEJILLONES AL VAPOR CON PATÉ DE PIMIENTOS FRUTA	26 GAZPACHO DE SANDÍA SARDINAS ASADAS CON PURÉ DE PATATA FRUTA
---	---	--	--	--

Kcal media semanal: 649 CH: 89.2 G:21.6 P: 24.3

29 BERENJENA ASADA TORTILLA DE PATATAS FRUTA	30 ZUCHINI HAMBURGUESA DE POLLO STICKS DE BONIATO FRUTA			
--	---	--	--	--