



marzo 2025

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
3	Kcal	669	HC	88	4	Kcal	637	HC	72	5	Kcal	654	HC	74	6	Kcal	879	HC	124	7	Kcal	574	HC	68
	Lip	16	Prot	47		Lip	19	Prot	46		Lip	25	Prot	35		Lip	29	Prot	37		Lip	15	Prot	39
Lentejas con verduras Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada					Sopa de ave con fideos Pavo guisado con ensalada Fruta de temporada					Purrusalda Salmon al horno Fruta de temporada					Arroz con tomate Hamburguesa 100% vacuno a la jardinera Fruta de temporada					Vainas con patatas Lomo fresco al horno con champiñones Fruta de temporada				
Sopa - Pescado - Yogur					Verdura - Pescado - Lácteo					Crema - Carne - Yogur					Arroz - Huevo - Fruta					Verdura - Ave - Yogur				
10	Kcal	620	HC	75	11	Kcal	750	HC	78	12	Kcal	797	HC	103	13	Kcal	725	HC	83	14	Kcal	883	HC	96
	Lip	19	Prot	40		Lip	35	Prot	34		Lip	26	Prot	42		Lip	30	Prot	32		Lip	34	Prot	50
Crema de verduras locales Pavo guisado con patatas Fruta de temporada					Sopa de ave con arroz Hamburguesa 100% vacuno con pimientos rojos Fruta de temporada					Lentejas con verduras Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada					Patatas guisadas Pescado fresco con ensalada Fruta de temporada					Garbanzos con verduras Guiarra de cerdo al horno con ensalada Fruta de temporada				
Verdura - Huevo - Lácteo					Verdura - Pescado - Lácteo					Crema - Huevo - Yogur					Pasta - Pescado - Fruta					Arroz - Ave - Yogur				
17	Kcal	899	HC	110	18	Kcal	626	HC	75	19	Kcal	735	HC	101	20	Kcal	574	HC	68	21	Kcal	733	HC	108
	Lip	27	Prot	58		Lip	19	Prot	42		Lip	19	Prot	45		Lip	16	Prot	38		Lip	15	Prot	45
Paella de carne Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada					Crema de verduras locales Guisado de ternera Fruta de temporada					Lentejas con verduras Salmon al horno con pimientos rojos Fruta de temporada					Menestra de verduras Lomo fresco al horno con champiñones Fruta de temporada					Macarrones con tomate Pavo guisado con ensalada Fruta de temporada				
Pasta - Pescado - Fruta					Verdura - Carne - Yogur					Verdura - Ave - Yogur					Arroz - Pescado - Lácteo					Sopa - Huevo - Yogur				
24	Kcal	669	HC	88	25	Kcal	728	HC	83	26	Kcal	669	HC	72	27	Kcal	764	HC	89	28	Kcal	764	HC	113
	Lip	16	Prot	47		Lip	24	Prot	49		Lip	19	Prot	56		Lip	26	Prot	47		Lip	20	Prot	38
Lentejas con verduras Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada					Patatas en salsa verde Guisado de ternera Fruta de temporada					Crema de verduras locales Muslo de pollo a la jardinera Fruta de temporada					Alubias rojas con verduras locales Salmon al horno Fruta de temporada					Macarrones con tomate Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada				
Verdura - Pescado - Lácteo					Crema - Huevo - Yogur					Pasta - Pescado - Yogur					Crema - Huevo - Fruta					Verdura - Carne - Yogur				
31	Kcal	588	HC	78																				
	Lip	16	Prot	35																				
Crema de calabaza local Lomo fresco al horno con patatas Fruta de temporada																								
Patata - Huevo - Yogur																								