



enero 2025

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
		FIESTA	FIESTA	FIESTA
6	7	8 Kcal 823 HC 104 Lip 29 Prot 40	9 Kcal 774 HC 67 Lip 30 Prot 60	10 Kcal 754 HC 98 Lip 24 Prot 40
FIESTA	FIESTA	Garbanzos con calabaza Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada	Patatas guisadas Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada	Macarrones con tomate Salmon al horno Fruta de temporada
13 Kcal 725 HC 95 Lip 16 Prot 54	14 Kcal 673 HC 68 Lip 29 Prot 37	15 Kcal 631 HC 77 Lip 19 Prot 41	16 Kcal 607 HC 75 Lip 19 Prot 36	17 Kcal 711 HC 89 Lip 19 Prot 49
Lentejas con verduras Pavo guisado con pimientos rojos Fruta de temporada	Sopa de ave con fideos Lomo fresco con ensalada Fruta de temporada	Crema de purrusalda Guisado de ternera Fruta de temporada	Patatas guisadas Bacalao al horno con ensalada Fruta de temporada	Alubias rojas con verduras locales Pechuga de pollo a la jardinera Fruta de temporada
20 Kcal 763 HC 97 Lip 20 Prot 52	21 Kcal 567 HC 75 Lip 16 Prot 32	22 Kcal 783 HC 121 Lip 20 Prot 35	23 Kcal 684 HC 92 Lip 17 Prot 45	24 Kcal 733 HC 65 Lip 27 Prot 57
Garbanzos con verduras locales Pavo guisado con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabaza local Pechuga de pollo con patatas Fruta de temporada	Paella de carne Salmon al horno con pimientos rojos Fruta de temporada	Lentejas con verduras Pechuga de pavo con pimientos rojos Fruta de temporada	Menestra de verduras Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada
27 Kcal 692 HC 113 Lip 13 Prot 35	28 Kcal 624 HC 74 Lip 19 Prot 42	29 Kcal 671 HC 74 Lip 21 Prot 48	30 Kcal 846 HC 89 Lip 26 Prot 67	31 Kcal 774 HC 106 Lip 25 Prot 34
Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta de temporada	Crema de puerros y espinacas Guisado de ternera Fruta de temporada	Patatas en salsa verde Lomo fresco a la jardinera Fruta de temporada	Alubias blancas con verduras Muslo de pollo con ensalada Fruta de temporada	Macarrones integrales con tomate Pescado fresco con ensalada Fruta de temporada