



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
		<p>1</p> <p>Arroz a banda Palometa con pisto Fruta y pan Rice "a banda" Pomfret with ratatouille Fruit and bread</p>	<p>2</p> <p>Patatas riojana Pollo asado con lechuga y maíz Fruta y pan Riojana style potatoes Roasted chicken with lettuce and corn Fruit and bread</p>	<p>3</p> <p>Alubias estofadas Tortilla de calabacín con ensalada tricolor Yogur y pan Stewed beans Zucchini omelette with tricolor salad Yogurt and bread</p>	<p>Kcal: 702</p> <p>HC: 73</p> <p>Prot: 37</p> <p>Lip: 30</p>
<p>6</p> <p>Lentejas estofadas Revuelto de picadillo con ensalada César Fruta y pan Stewed lentils Mixed meat with egg with Caesar salad Fruit and bread</p>	<p>7</p> <p>Espaguetis carbonara Limanda en salsa verde con guisantes Fruta y pan Spaghetti carbonara Dab in green sauce with green peas Fruit and bread</p>	<p>8</p> <p>Sopa de verduras Contramuslo de pollo asado con lechuga y maíz Yogur y pan Vegetable soup Baked chicken thigh with lettuce and corn Yogurt and bread</p>	<p>9</p> <p>Crema de calabacín con queso Ragout de ternera jardinera con patatas gajo Fruta y pan Courgette cream with cheese Ragout sauce with potatoes Fruit and bread</p>	<p>10</p> <p>Arroz napolitana Delicias de merluza con lechuga, zanahoria y maíz Helado y pan Napoli style rice Hake delights with lettuce, carrots and corn Ice cream and bread</p>	<p>Kcal: 735</p> <p>HC: 83</p> <p>Prot: 32</p> <p>Lip: 33</p>
<p>13</p> <p>Crema de puerros Cinta de lomo con patatas fritas Fruta y pan Leek cream Pork loin with chips Fruit and bread</p>	<p>14</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Cocido soup Cocido main course Fruit and bread</p>	<p>15</p> <p>Paella de verduras y magro Merluza a la romana con ensalada tricolor Fruta y pan Meat and vegetables paella Breaded Hake with tricolor salad Fruit and bread</p>	<p>16</p> <p>Espirales con verduras Jamoncitos de pollo al limón con champiñones Fruta y pan Pasta with vegetables Lemon chicken drumsticks with mushrooms Fruit and bread</p>	<p>17</p> <p>Judías pintas estofadas Tortilla de atún con tomate y queso Yogur y pan Stewed beans Tuna omelette with tomato and cheese Yogurt and bread</p>	<p>Kcal: 728</p> <p>HC: 84</p> <p>Prot: 33</p> <p>Lip: 30</p>
<p>20</p> <p>Judías verdes rehogadas con tomate Lacón a la gallega con patatas Fruta y pan Sautéed green beans with tomato Knuckle of pork galician-style with potatoes Fruit and bread</p>	<p>21</p> <p>COMIDA ESPECIAL FIN CURSO</p>	<p>22</p>	<p>23</p>	<p>24</p>	<p>Kcal: 509</p> <p>HC: 51</p> <p>Prot: 21</p> <p>Lip: 14</p>
<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>		<p>Kcal: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>Prot: 0</p> <p>Lip: 0</p>