



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
					Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
					Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
<p>Patatas a la riojana Merluza a la romana con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Riojana style potatoes Battered & fried hake with spring salad (lettuce, tomatoes & corn) Fruit and bread</p>	<p>Sopa de pescado con pasta Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y tomate Yogur y pan Fish soup with paste Baked chicken drumsticks with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread</p>	<p>Crema de calabacín Albóndigas en salsa con jardinera de champiñones Fruta y pan Cream of zucchini soup Meatballs in gravy with mixed vegetable mushrooms Fruit and bread</p>	<p>Espaguetis salteados con cebolla y chorizo Gratén de huevo con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Sautéed spaghetti Eggs au gratin with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread</p>	<p>Garbanzos con arroz, espinacas y huevo Palometa con tomate con patatas panaderas Fruta y pan Chickpeas with rice, spinach & egg Pomfret with tomato sauce with poor man's potatoes Fruit and bread</p>	Kcal: 694 HC: 72 Prot: 32 Lip: 28
<p>Crema de zanahoria y calabaza Tortilla de jamón york con lechuga y maíz Fruta y pan Cream of carrot & butterkin squash soup Cooked ham omelette with lettuce & corn Fruit and bread</p>	<p>Lentejas estofadas Filete de limanda rebozado con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Lentil stew Breaded yellowfin sole steak with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread</p>	<p>Arroz con tomate Pechuga de pollo empanada con ensalada de frutos (lechuga, oliva negra y pipas) Fruta y pan Rice with tomato sauce Breaded chicken breast with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p>Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan Chicken-based "cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread</p>	<p>Judías verdes con patatas rehogadas Estofado de ternera con zanahorias salteadas Fruta y pan Braised green beans and potatoes Beef stew with sautéed carrots Fruit and bread</p>	Kcal: 672 HC: 76 Prot: 33 Lip: 28
<p>Crema de tomate Hamburguesa a la plancha con verduras salteadas Fruta y pan Cream of tomato soup Grilled hamburger with sautéed vegetables Fruit and bread</p>	<p>Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con calabacín con lechuga y zanahoria Yogur y pan Stewed white beans Potato & zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread</p>	<p>Coditos napolitana Merluza al horno con patatas dado Fruta y pan Neapolitan style Pasta Baked hake with diced potatoes Fruit and bread</p>	<p>Coliflor gratinada Pinchos morunos con ensalada de frutos (lechuga, oliva negra y pipas) Yogur y pan Cauliflower au gratin Shish-kabab with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Yoghurt and bread</p>	<p>Sopa de ave con pasta Abadejo a la andaluza con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Chicken soup with pasta Andalusian style haddock with spring salad (lettuce, tomatoes & corn) Fruit and bread</p>	Kcal: 639 HC: 62 Prot: 30 Lip: 28