



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
	<b>FESTIVO</b>	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	Espaguetis salteados con cebolla y chorizo Graten de huevo con salsa de tomate y queso rallado con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Spaghetti sautéed with onions & chorizo sausage Grilled eggs with tomato sauce & graded cheese with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread	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	Kcal: 691 HC: 81 Prot: 30 Lip: 25
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 & sweetcorn Fruit and bread	Lentejas estofadas Pechuga de pollo empanada con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Lentil stew Breaded chicken breast with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread	Arroz con tomate Limanda a la romana con lechuga y olivas negras Fruta y pan Rice with tomato sauce Battered & fried yellowfin sole with lettuce & olives Fruit and bread	Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread	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	Kcal: 675 HC: 76 Prot: 33 Lip: 29
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	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	Coliflor gratinada Merluza al horno con patatas dado Fruta y pan Cauliflower au gratin Baked hake with diced potatoes Fruit and bread	<b>JORNADA FRANCESA</b>	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 & sweetcorn) Fruit and bread	Kcal: 657 HC: 70 Prot: 31 Lip: 26
Crema de verduras San Jacobo con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Cream of vegetable soup Cooked ham & cheese escalope with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread	Arroz milanese Limanda a la andaluza con tomate provenzal Fruta y pan Milanese rice Andalusian style yellowfin sole with provenzal tomato Fruit and bread	Tricolor de verdura rehogada Huevos revueltos con picadillo con lechuga y olivas negras Yogur y pan Braised vegetables Mixed meat with egg with lettuce & olives Yoghurt and bread	Lentejas estofadas Pollo asado al limón con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Lentil stew Roasted lemon chicken with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread	Kcal: 652 HC: 72 Prot: 32 Lip: 30
Marmitako de atún Tortilla de jamón york con lechuga y tomate Fruta y pan Marmitako tuna Cooked ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread	Alubias blancas estofadas Magro con tomate con patatas dado Yogur y pan Stewed white beans Pork steak with tomatoes with diced potatoes Yoghurt and bread	Macarrones amatriciana Ventresca de merluza a la romana con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Macaroni in amatriciana sauce Battered and fried hake with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread			Kcal: 677 HC: 67 Prot: 34 Lip: 33