



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
			Crema de puerros Jamoncitos de pollo al chilindrón con verduras salteadas Yogur y pan Cream of leek soup Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with sautéed vegetables Yoghurt and bread	Arroz con magro Palometa a la romana con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Pork with rice Battered & fried pomfret with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	Kcal: 744 HC: 86 Prot: 39 Lip: 30
NO LECTIVO	FESTIVO	Judías verdes con tomate Tortilla de patatas con lechuga y tomate Fruta y pan Green beans with tomatoes Spanish potato omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread	FESTIVO	Arroz tres delicias Croquetas de jamón con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Chinese fried rice Ham croquettes with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	Kcal: 714 HC: 98 Prot: 19 Lip: 30
Tallarines con salsa de tomate Merluza con jamón y queso con lechuga y olivas negras Fruta y pan Tagliatelle in tomato sauce Hake with ham & cheese with lettuce & olives Fruit and bread	Lentejas estofadas Lomo asado con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Lentil stew Grilled tenderloin with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread	Crema de champiñones Albóndigas de atún en salsa verde con patatas dado Fruta y pan Cream of mushroom soup Tuna meatballs in green gravy with diced potatoes Fruit and bread	Paella de pollo Tortilla francesa con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Yogur y pan Chicken paella Plain omelette with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Yoghurt and bread	Menestra de verdura Estofado de pavo Fruta y pan Minestrone Turkey stew Fruit and bread	Kcal: 641 HC: 82 Prot: 28 Lip: 24
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 & sweetcorn) Fruit and bread	Sopa de pescado con arroz Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y tomate Yogur y pan Fish soup with rice Baked chicken drumsticks with lettuce & tomatoes Yoghurt and bread	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	VACACIONES	Kcal: 636 HC: 66 Prot: 30 Lip: 27
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0