



FEBRERO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES 1	VIERNES 2
			Crema de zanahoria --- Paella de carne --- Pan y fruta Menú 569kcal-97grHC-23grP-11grG	Garbanzos con calabaza --- Empanadillas de atún con tomate --- Pan y fruta Menú 664kcal-89grHC-23grP-14grG
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Macarrones con boloñesa vegetal --- Hamburguesa con ensalada --- Pan y fruta Menú 700kcal-82grHC-33grP-23grG	Patatas guisadas con verduras --- Pechuga de pollo con tomate aliñado --- Pan y fruta Menú 558kcal-78grHC-29grP-12grG	Lentejas estofadas --- Tortilla de patatas --- Pan y yogur Menú 597kcal-80grHC-28grP-16grG	Arroz 3 delicias --- Albóndigas a la jardinera --- Pan y fruta Menú 650kcal-86grHC-29grP-18grG	Sopa de verduras con estrellitas --- Merluza al horno con panaderas --- Pan y fruta Menú 542kcal-73grHC-34grP-9grG
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Puchero --- Croquetas de jamón con ensalada --- Pan y fruta Menú 676kcal- 86grHC-32grP-18grG	Potaje de alubias con zanahoria --- Tortilla francesa con atún --- Pan y fruta Menú 683kcal -67grHC-41grP-22grG	Pasta con huevo duro y tomate --- Pavías con tomate aliñado --- Pan y yogur Menú 685kcal-105grHC-22grP- 18grG	Guiso de patatas con calamares --- Pollo asado al limón con panaderas --- Pan y fruta Menú 594kcal-55grHC-19grP-20grG	Arroz a la cubana --- Huevos fritos con salchichas --- Pan y fruta Menú 718kcal-105grHC-32grP-23grG
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Crema de verduras --- Lomito empanado con tomate aliñado --- Pan y yogur Menú 554kcal-55grHC-20grP-25grG	Cocido de garbanzos con fideos --- Merluza a la plancha con ensalada --- Pan y fruta Menú 579kcal-73grHC-43grP-9grG	Sopa de picadillo con fideos --- Hamburguesa con ensalada --- Pan y fruta Menú 633kcal-78grHC-38grP-17grG	Ensalada de pasta --- San Jacobo con panaderas --- Pan y fruta Menú 619kcal-67grHC-33grP-22grG	Paella vegetal --- Alitas al horno con ensalada --- Pan y fruta Menú 694kcal-82grHC-80grP-19grG
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES	VIERNES
Guiso de lentejas --- Tortilla de patata y calabacín --- Pan y yogur Menú 634kcal-86grHC-28grP-16grG	Pasta con chorizo --- Pescada en salsa verde --- Pan y fruta Menú 575kcal-75grHC-39grP-11grG	<p style="font-size: 2em; color: #4F81BD;">Día de Andalucía</p>		

*Todos los platos de este menú están elaborados con sal iodada y aceite de oliva y son libres en grasas trans y aceite de palma.

**Nuestros menú son supervisados y valorados por Laura Massía Rodríguez, técnico superior en dietética (TSD).