



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	I. Nutricional
				<p><b>1</b></p> <p>Lentejas a la jardinera Cinta de lomo adobada con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Vegetables lentils Marinade pork loin with green salad (lettuce, green peppers &amp; olives) Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 813</p> <p>HC: 77</p> <p>Prot: 52</p> <p>Lip: 27</p>
<p><b>4</b></p> <p>Ensalada César Filete ruso con patatas dado Yogur y pan Cesar salad Hamburger steak with diced potatoes Yoghurt and bread</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de calabaza con picatostes Limanda empanada con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Cream of butternut squash with croutons Breaded yellowfin sole with spring salad (lettuce, tomatoes &amp; sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p><b>6</b></p> <p>Gazpacho Pollo a la plancha con lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Gazpacho Grilled chicken with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Fruit and bread</p>	<p><b>7</b></p> <p>Alubias a la jardinera Tortilla de patatas con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan White beans with vegetables Spanish potato omelette with salad (lettuce, tomatoes &amp; carrots) Fruit and bread</p>	<p><b>8</b></p> <p>Espirales gratinados Palometa con pisto Helado y pan Spirals au gratin Pomfret with ratatouille Ice cream and bread</p>	<p>Kcal: 695</p> <p>HC: 76</p> <p>Prot: 35</p> <p>Lip: 29</p>
<p><b>11</b></p> <p>Judías verdes con tomate Lacón a la gallega con lechuga y zanahoria Yogur y pan Green beans with tomatoes Lacón pork shoulder with potatoes with lettuce &amp; carrot Yoghurt and bread</p>	<p><b>12</b></p> <p>Sopa de cocido Fajitas de pollo con verduras salteadas Fruta y pan "Cocido" soup Chicken fajitas with sautéed vegetables Fruit and bread</p>	<p><b>13</b></p> <p>Paella mixta Huevos Moll con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Mixed paella Breaded hard-boiled eggs in white sauce with green salad (lettuce, green peppers &amp; olives) Fruit and bread</p>	<p><b>14</b></p> <p>Macarrones al ajillo Jamoncitos de pollo al chilindrón con patatas fritas Gelatina de fresa y pan Garlic macaroni Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with french fries Strawberry gelatin and bread</p>	<p><b>15</b></p> <p>Ensalada alemana Merluza con mojo picón con guisantes salteados Fruta y pan German salad Hake with mojo picón sauce with sautéed peas Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 768</p> <p>HC: 90</p> <p>Prot: 29</p> <p>Lip: 33</p>
<p><b>18</b></p> <p>Sopa de picadillo Lomo asado a las finas hierbas con verduras salteadas Yogur y pan Broth with ham &amp; egg bits Roasted pork loin with fine herbs with sautéed vegetables Yoghurt and bread</p>	<p><b>19</b></p> <p>Lentejas a la riojana Hamburguesa con tomate con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rioja style lentils Hamburger with tomato with lettuce salad with tomato &amp; sweetcorn Fruit and bread</p>	<p><b>20</b></p> <p>Ensalada de pasta (jamón york, tomate y aceitunas) Abadejo a la andaluza con lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Salad pasta (ham, tomato &amp; olives) Andalusian style haddock with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Fruit and bread</p>	<p><b>21</b></p> <p>Arroz con pollo Fritura variada con lechuga y olivas negras Fruta y pan Rice with chicken Assorted fried fish platter with lettuce &amp; olives Fruit and bread</p>	<p><b>22</b></p> <p><b>COMIDA ESPECIAL</b></p>	<p>Kcal: 683</p> <p>HC: 76</p> <p>Prot: 35</p> <p>Lip: 26</p>
<p><b>25</b></p>	<p><b>26</b></p>	<p><b>27</b></p>	<p><b>28</b></p>	<p><b>29</b></p>	<p>Kcal: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>Prot: 0</p> <p>Lip: 0</p>