

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 KCal. 807 H.C. 104 Lip. 28 P. 41 PATATAS A LA RIOJANA BACALAO A LA RIOJANA FRUTA PAN INTEGRAL	4 KCal. 849 H.C. 133 Lip. 28 P. 24 ESPIRALES CON TOMATE TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN AL HORNO • LECHUGA FRUTA PAN	5 KCal. 708 H.C. 90 Lip. 25 P. 36 LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA MERLUZA FRESCA A LA ROMANA • LIMON FRUTA PAN	6 KCal. 635 H.C. 76 Lip. 22 P. 37 PURE DE ZANAHORIA ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ YOGUR NATURAL PAN	7 KCal. 664 H.C. 92 Lip. 18 P. 40 ALUBIAS PINTAS MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES FRUTA PAN
10 KCal. 1050 H.C. 142 Lip. 44 P. 29 ARROZ CON TOMATE ALBONDIGAS EN SALSA CON VERDURITAS FRUTA PAN INTEGRAL	11 KCal. 684 H.C. 64 Lip. 36 P. 31 PURE DE VERDURAS ECOLOGICO MEDALLON DE MERLUZA A LA ROMANA • TOMATE FRESCO YOGUR NATURAL PAN	12 KCal. 693 H.C. 88 Lip. 30 P. 25 SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS TORTILLA DE PATATAS Y CHAMPIÑONES AL HORNO • LECHUGA FRUTA PAN	13 KCal. 755 H.C. 105 Lip. 22 P. 41 LENTEJAS CON QUINOA ECOLOGICA ATUN AL AJOARRIERO FRUTA PAN	14 KCal. 725 H.C. 89 Lip. 26 P. 39 JUDIAS VERDES CON PATATAS ESCALOPE DE POLLO CON SALSA AGRIDULCE Y VERDURITAS FRUTA PAN
17 KCal. 605 H.C. 92 Lip. 12 P. 38 SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS ESTOFADO DE TERNERA CON ARROZ FRUTA PAN INTEGRAL	18 KCal. 837 H.C. 158 Lip. 14 P. 29 ALUBIAS PINTAS PAELLA VEGETAL ECOLOGICA FRUTA PAN	19 KCal. 802 H.C. 94 Lip. 41 P. 21 PURE DE CALABACIN CROQUETAS • LECHUGA YOGUR NATURAL PAN	20 KCal. 766 H.C. 87 Lip. 34 P. 34 PATATAS A LA RIOJANA FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA • LECHUGA FRUTA PAN	21 KCal. 1002 H.C. 109 Lip. 49 P. 38 GARBANZOS ALBONDIGAS EN SALSA CON ZANAHORIAS FRUTA PAN
24 KCal. 1017 H.C. 151 Lip. 40 P. 22 ESPIRALES CON TOMATE EMPANADILLAS DE ATUN • LECHUGA FRUTA PAN INTEGRAL	25 KCal. 577 H.C. 85 Lip. 21 P. 13 SOPA MINISTRONE TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO FRUTA PAN	26 KCal. 781 H.C. 79 Lip. 35 P. 42 ALUBIAS BLANCAS MEDALLON DE MERLUZA A LA ROMANA • LECHUGA YOGUR NATURAL PAN	27 KCal. 812 H.C. 84 Lip. 40 P. 34 PURE DE COLIFLOR FILETE DE PERNIL EMPANADO CON PIPERRADA FRUTA PAN	28 KCal. 601 H.C. 81 Lip. 17 P. 35 GARBANZOS CON VERDURA ECOLOGICA MUSLO DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES FRUTA PAN

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal.