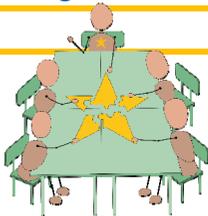


LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Puré de zanahoria Magro en salsa de cebolla Arroz pilaf Plátanos	Crema de alubias Tortilla española Ensalada mixta Yogur o fruta	Puré de verduras Bacalao rebozado Ensalada de remolacha Fruta natural	Crema de berros Ropa vieja Papas a cuadros Fruta natural	Crema de judías verdes Burguer meat plancha Macarrones con jamón Fruta natural
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Crema de calabaza Lomo al ajillo Arroz tres delicias Plátanos	Puré de calabacín Varitas de merluza Patatas fritas Fruta natural	FESTIVO	Crema de verduras Fogonero al horno Tallarines con bacon Natillas o fruta	Crema de lentejas Huevos gratinados Ensalada de maíz Fruta y leche
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Crema de verduras Merluza con tomate al horno Papas al vapor Plátanos	Puré de acelgas Hamburguesa de pollo Coditos con tomate y atún Yogur o fruta	Crema de alubias Tortilla de calabacín Ensalada mixta Fruta natural	Puré de zanahorias Merluza rebozada Arroz con pollo y verduras Fruta natural	Sopa de estrellitas Estofado de cerdo jardinera Papas fritas Fruta natural
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
Crema de guisantes Tortilla española Ensalada de manzana Plátanos	Crema de berros Merluza a la Bilbaína Arroz Milanesa Yogur o fruta	Crema de garbanzos Empanadillas de carne al horno Ensalada de maíz Fruta natural	Puré de calabaza Muslitos de pollo asados Macarrones integrales Fruta natural	Puré de verduras Fogonero en salsa verde Patatas panaderas Fruta natural
LUNES 31				
NO LECTIVO				

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE OCTUBRE

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	Recomendaciones para la cena
Lunes 3	679	32,3	76,6	24,7	Arroz ,pasta o patata,huevo o pescado,fruta o lácteo
Martes 4	729	32,9	72,9	31	Arroz ,pasta o patata,carne o pescado,fruta
Miércoles 5	605	34,5	68,1	19,5	Verduras crudas o cocidas, carne o huevo,fruta o lácteo
Jueves 6	802	36,5	78,8	34,5	Verduras crudas o cocidas, pescado o huevo,fruta o lácteo
Viernes 7	775	27,2	89,6	32	Verduras crudas o cocidas, pescado o huevo,fruta o lácteo
Sábado 8					
Domingo 9					
Lunes 10	765	33,9	92,7	27,5	Verduras crudas o cocidas, pescado o huevo,fruta o lácteo
Martes 11	744	20,7	83,3	34,1	Arroz ,pasta o patata,carne o huevo,fruta
Miércoles 12					FESTIVO
Jueves 13	827	43	84,2	33,3	Verduras crudas o cocidas, carne o huevo,fruta
Viernes 14	784	36,3	90,4	26,6	Verduras crudas o cocidas, pescado o carne,fruta o lácteo
Sábado 15					
Domingo 16					
Lunes 17	544	26,1	72,7	14,1	Arroz ,pasta o patata,huevo o carne,fruta o lácteo
Martes 18	673	40,5	71	23,7	Verduras crudas o cocidas, pescado o huevo,fruta
Miércoles 19	700	26,9	68,1	30,2	Arroz ,pasta o patata,carne o pescado,fruta o lácteo
Jueves 20	777	35,1	105	22,4	Verduras crudas o cocidas, carne o huevo,fruta o lácteo
Viernes 21	723	36,2	90,9	21,6	Verduras crudas o cocidas, pescado o huevo,fruta o lácteo
Sábado 22					
Domingo 23					
Lunes 24	537	16,9	63	23,7	Arroz ,pasta o patata,carne o pescado,fruta o lácteo