



SEMANA 1			1			2			3			4			5						
LUNES			MARTES			MIERCOLES			JUEVES			VIERNES									
Primeros Platos	Espirales con Carne	Información nutricional:	Patatas Guisadas	Información nutricional:	Paella Valenciana	Información nutricional:	Crema de Acelgas, Zanah	Información nutricional:	Sopa de Cocido	Información nutricional:	Pisto de Calabacín	Menestra de Verduras	Alcachofas de Jamón	Parrillada de Verduras	Repollo al Ajoarriero						
Segundos Platos	Huevos Estrellados	723 kcal.	Jamoncitos Pollo a la Miel	618 kcal.	Chuleta de Sajonia	652 kcal.	Platija Rebozada	600 kcal.	Cocido Madrileño	849 kcal.	Empanadillas de Atún	17,3% prot.	Caballa a la Molinera	16,4% prot.	Abadejo en Salsa Verde	20,7% prot.	Pavo en Salsa	16,9% prot.	Palometa a la Plancha	20,1% prot.	
Guarnición	Ensalada Mixta	45,9% H.C.	Ensalada	44,8% H.C.	Ens de Lechuga y Zanahoria	53,0% H.C.	Patatas al Horno	41,5% H.C.	Patatas al Horno	41,9% H.C.	Postre	Fruta Variada, Pan y Agua	36,5% lip.	Fruta Variada, Pan y Agua	38,7% lip.	Yogur o Fruta, Pan y Agua	26,1% lip.	P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua	41,5% lip.	Fruta Variada, Pan y Agua	37,9% lip.
Cena Sugerida:	Verdura y Lomo			Sopa y Pollo			Verdura y Pescado			Sopa y Pescado			Verdura y Huevo								

SEMANA 2			8			9			10			11			12							
LUNES			MARTES			MIERCOLES			JUEVES			VIERNES										
Primeros Platos	Arroz Tres Delicias	Información nutricional:	Espaguetis con Chorizo	Información nutricional:	Fabada Asturiana	Información nutricional:	Sopa de Letras	Información nutricional:	Berenjenas Rebozadas	Información nutricional:	Wok de Verduras	Guisantes con Cebolla	Ensaladilla Rusa	Merluza Empanada	628 kcal.	VACACIONES DE SEMANA SANTA						
Segundos Platos	Bacalao a la Bilbaína	773 kcal.	Revuelto de Bonito	757 kcal.	Salteado de Pollo	665 kcal.	Contramuslo de Pollo	18,1% prot.	Ens de Lechuga y Maíz	44,5% H.C.	Escalopines a la Naranja	17,4% prot.	Cinta de Lomo	15,8% prot.	Atún a la Norteña	25,9% prot.	Ens de Lechuga y Tomate	46,4% H.C.	Yogur o Fruta, Pan y Agua	27,4% lip.	P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua	37,4% lip.
Guarnición	Verduritas Rehogadas	51,3% H.C.	Ensalada del Chef	46,0% H.C.	Ens de Lechuga y Tomate	46,4% H.C.	Postre	Fruta Variada, Pan y Agua	31,0% lip.	Fruta Variada, Pan y Agua	37,8% lip.	Verdura y Ternera	Verdura y Lomo			Verdura y Pescado			Verdura y Huevo			

SEMANA 3			15			16			17			18			19		
LUNES			MARTES			MIERCOLES			JUEVES			VIERNES					
Primeros Platos	VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA				
Segundos Platos	VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA				
Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA				
Postre	VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA				
Cena Sugerida:	VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA				

SEMANA 4			22			23			24			25			26					
LUNES			MARTES			MIERCOLES			JUEVES			VIERNES								
Primeros Platos	VACACIONES DE SEMANA SANTA			Lentejas Caseras	Información nutricional:	Espaguetis con Bacon	Información nutricional:	Patatas Estofadas	Información nutricional:	Crema de Zanahoria	Información nutricional:	Espinacas a la Crema	Ensalada Campera	Salmorejo	Acelgas con Pimentón					
Segundos Platos	VACACIONES DE SEMANA SANTA			Albóndigas a la Cazuela	653 kcal.	Marrajo en Salsa	817 kcal.	Huevos Villaroy	756 kcal.	Ragout de Pavo	607 kcal.	Calamares a la Romana	26,5% prot.	San Jacobo	18,2% prot.	Chuleta de Cerdo	15,1% prot.	Fogonero a la Vasca	20,8% prot.	
Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA			Duo de Verduras	55,2% H.C.	Guisantes Rehogados	43,6% H.C.	Ensalada Verde	45,2% H.C.	Arroz al Vapor	42,3% H.C.	Postre	Fruta Variada, Pan y Agua	18,0% lip.	Yogur o Fruta, Pan y Agua	37,7% lip.	P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua	39,2% lip.	Fruta Variada, Pan y Agua	36,7% lip.
Cena Sugerida:	VACACIONES DE SEMANA SANTA			Verdura y Pescado			Verdura y Lomo			Verdura y Pollo			Sopa y Pescado							

SEMANA 5			29			30			JUEVES			VIERNES										
LUNES			MARTES			MIERCOLES			JUEVES			VIERNES										
Primeros Platos	Macarrones Pomodoro	Información nutricional:	Alubias Blancas Guisadas	Información nutricional:	Calabacín al Queso	Información nutricional:	Pollo Asado	670 kcal.	Abadejo en Salsa	25,0% prot.	Brócoli al Ajillo	757 kcal.	Revuelto de Jamón	15,8% prot.	Croquetas de Bacalao	46,0% H.C.	Ens de Lechuga y Zanahoria	42,5% H.C.	Fruta Variada, Pan y Agua	37,8% lip.	Fruta Variada, Pan y Agua	32,3% lip.
Segundos Platos	VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA									
Guarnición	VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA									
Postre	VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA									
Cena Sugerida:	VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA			VACACIONES DE SEMANA SANTA									



<b>SEMANA 1</b>			<b>1</b>			<b>MARTES</b>			<b>2</b>			<b>MIERCOLES</b>			<b>3</b>			<b>JUEVES</b>			<b>4</b>			<b>VIERNES</b>			<b>5</b>		
Primer Plato	Espirales con Carne	Información nutricional:	Patatas Guisadas	Información nutricional:	Paella Valenciana	Información nutricional:	Crema de Acelgas, Zanah	Información nutricional:	Sopa de Cocido	Información nutricional:																			
Segundo Plato	Huevos Estrellados	618 kcal. 18,2% prot.	Jamoncitos Pollo a la Miel	550 kcal. 14,3% prot.	Chuleta de Sajonia	499 kcal. 20,2% prot.	Platija Rebozada	510 kcal. 16,0% prot.	Cocido Madrileño	496 kcal. 19,4% prot.																			
Guarnición	Ensalada Mixta	41,7% H.C.	Ensalada	47,4% H.C.	Ens de Lechuga y Zanahoria	53,9% H.C.	Patatas al Horno	45,9% H.C.	Patatas al Horno	47,3% H.C.																			
Postre	Fruta Variada, Pan y Agua	39,8% lip.	Fruta Variada, Pan y Agua	38,3% lip.	Yogur, Pan y Agua	25,7% lip.	Postre Lácteo, Pan y Agua	37,9% lip.	Fruta Variada, Pan y Agua	33,2% lip.																			
Cena Sugerida:	Verdura y Lomo		Sopa y Pollo		Verdura y Pescado		Sopa y Pescado		Verdura y Huevo																				
<b>SEMANA 2</b>			<b>8</b>			<b>MARTES</b>			<b>9</b>			<b>MIERCOLES</b>			<b>10</b>			<b>JUEVES</b>			<b>11</b>			<b>VIERNES</b>			<b>12</b>		
Primer Plato	Arroz Tres Delicias	Información nutricional:	Espaguetis con Chorizo	Información nutricional:	Fabada Asturiana	Información nutricional:	Sopa de Letras	Información nutricional:																					
Segundo Plato	Bacalao a la Bilbaína	584 kcal. 16,5% prot.	Revuelto de Bonito	552 kcal. 16,7% prot.	Salteado de Pollo	435 kcal. 23,9% prot.	Merluza Empanada	514 kcal. 17,7% prot.	VACACIONES DE SEMANA SANTA																				
Guarnición	Verduras Rehogadas	50,9% H.C.	Ensalada del Chef	41,7% H.C.	Ens de Lechuga y Tomate	50,3% H.C.	Ens de Lechuga y Maíz	48,3% H.C.																					
Postre	Fruta Variada, Pan y Agua	32,3% lip.	Fruta Variada, Pan y Agua	41,1% lip.	Yogur, Pan y Agua	25,6% lip.	Postre Lácteo, Pan y Agua	34,0% lip.																					
Cena Sugerida:	Verdura y Ternera		Verdura y Lomo		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo																						
<b>SEMANA 3</b>			<b>15</b>			<b>MARTES</b>			<b>16</b>			<b>MIERCOLES</b>			<b>17</b>			<b>JUEVES</b>			<b>18</b>			<b>VIERNES</b>			<b>19</b>		
Primer Plato																													
Segundo Plato	VACACIONES DE SEMANA SANTA		VACACIONES DE SEMANA SANTA		VACACIONES DE SEMANA SANTA		VACACIONES DE SEMANA SANTA		VACACIONES DE SEMANA SANTA																				
Guarnición																													
Postre																													
Cena Sugerida:																													
<b>SEMANA 4</b>			<b>22</b>			<b>MARTES</b>			<b>23</b>			<b>MIERCOLES</b>			<b>24</b>			<b>JUEVES</b>			<b>25</b>			<b>VIERNES</b>			<b>26</b>		
Primer Plato			Lentejas Caseras	Información nutricional:	Espaguetis con Bacon	Información nutricional:	Patatas Estofadas	Información nutricional:	Crema de Zanahoria	Información nutricional:																			
Segundo Plato	VACACIONES DE SEMANA SANTA		Albóndigas a la Cazuela	476 kcal. 24,4% prot.	Marrajo en Salsa	644 kcal. 17,9% prot.	Huevos Villaroy	550 kcal. 15,6% prot.	Ragout de Pavo	525 kcal. 18,5% prot.																			
Guarnición			Duo de Verduras	55,7% H.C.	Guisantes Rehogados	42,9% H.C.	Ensalada Verde	41,4% H.C.	Arroz al Vapor	45,1% H.C.																			
Postre			Fruta Variada, Pan y Agua	19,7% lip.	Yogur, Pan y Agua	38,9% lip.	Postre Lácteo, Pan y Agua	42,6% lip.	Fruta Variada, Pan y Agua	36,0% lip.																			
Cena Sugerida:			Verdura y Pescado		Verdura y Lomo		Verdura y Pollo		Sopa y Pescado																				
<b>SEMANA 5</b>			<b>29</b>			<b>MARTES</b>			<b>30</b>			<b>MIERCOLES</b>			<b>JUEVES</b>			<b>VIERNES</b>											
Primer Plato	Macarrones Pomodoro	Información nutricional:	Alubias Blancas Guisadas	Información nutricional:																									
Segundo Plato	Revuelto de Jamón	552 kcal. 16,7% prot.	Pollo Asado	438 kcal. 23,1% prot.																									
Guarnición	Ens de Lechuga y Zanahoria	41,7% H.C.	Ens de Lechuga y Cebolla	46,9% H.C.																									
Postre	Fruta Variada, Pan y Agua	41,1% lip.	Fruta Variada, Pan y Agua	29,8% lip.																									
Cena Sugerida:	Verdura y Ternera		Verdura y Pescado																										



<b>SEMANA 1</b>		<b>LUNES</b>	<b>1</b>	<b>MARTES</b>	<b>2</b>	<b>MIERCOLES</b>	<b>3</b>	<b>JUEVES</b>	<b>4</b>	<b>VIERNES</b>	<b>5</b>
Primer Plato		Macarrones con Carne		Patatas Guisadas		Paella Valenciana		Crema de Acelgas, Zanah		Sopa de Fideos	
Segundo Plato		Huevos Estrellados		Jamonicitos Pollo a la Miel		Chuleta de Cerdo		Platija Rebozada sin Gluten		Cocido Madrileño	
Guarnición		Ensalada Mixta		Ensalada		Ens de Lechuga y Zanahoria		Patatas al Horno			
Postre		Fruta Variada, Pan y Agua		Fruta Variada, Pan y Agua		Yogur, Pan y Agua		Postre Lácteo, Pan y Agua		Fruta Variada, Pan y Agua	
Cena Sugerida:		Verdura y Lomo		Sopa y Pollo		Verdura y Pescado		Sopa y Pescado		Verdura y Huevo	
<b>SEMANA 2</b>		<b>LUNES</b>	<b>8</b>	<b>MARTES</b>	<b>9</b>	<b>MIERCOLES</b>	<b>10</b>	<b>JUEVES</b>	<b>11</b>	<b>VIERNES</b>	<b>12</b>
Primer Plato		Arroz Tres Delicias		Espaguetis con Tomate		Fabada Asturiana		Sopa de Fideos			
Segundo Plato		Bacalao a la Bilbaína		Revuelto de Bonito		Salteado de Pollo		Merluza Empanada sin Gluten		VACACIONES DE SEMANA SANTA	
Guarnición		Verduras Rehogadas		Ensalada del Chef		Ens de Lechuga y Tomate		Ens de Lechuga y Maíz			
Postre		Fruta Variada, Pan y Agua		Fruta Variada, Pan y Agua		Yogur, Pan y Agua		Postre Lácteo, Pan y Agua			
Cena Sugerida:		Verdura y Ternera		Verdura y Lomo		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo			
<b>SEMANA 3</b>		<b>LUNES</b>	<b>15</b>	<b>MARTES</b>	<b>16</b>	<b>MIERCOLES</b>	<b>17</b>	<b>JUEVES</b>	<b>18</b>	<b>VIERNES</b>	<b>19</b>
Primer Plato											
Segundo Plato		VACACIONES DE SEMANA SANTA		VACACIONES DE SEMANA SANTA		VACACIONES DE SEMANA SANTA		VACACIONES DE SEMANA SANTA		VACACIONES DE SEMANA SANTA	
Guarnición											
Postre											
Cena Sugerida:											
<b>SEMANA 4</b>		<b>LUNES</b>	<b>22</b>	<b>MARTES</b>	<b>23</b>	<b>MIERCOLES</b>	<b>24</b>	<b>JUEVES</b>	<b>25</b>	<b>VIERNES</b>	<b>26</b>
Primer Plato				Lentejas Caseras		Espaguetis con Jamón		Patatas Estofadas		Crema de Zanahoria	
Segundo Plato		VACACIONES DE SEMANA SANTA		Albóndigas Caseras a la Cazuela		Marrajo en Salsa		Tortilla Francesa		Ragout de Pavo	
Guarnición				Duo de Verduras		Guisantes Rehogados		Ensalada Verde		Arroz al Vapor	
Postre				Fruta Variada, Pan y Agua		Yogur, Pan y Agua		Postre Lácteo, Pan y Agua		Fruta Variada, Pan y Agua	
Cena Sugerida:				Verdura y Pescado		Verdura y Lomo		Verdura y Pollo		Sopa y Pescado	
<b>SEMANA 5</b>		<b>LUNES</b>	<b>29</b>	<b>MARTES</b>	<b>30</b>	<b>MIERCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>			
Primer Plato		Macarrones Pomodoro		Alubias Blancas Guisadas							
Segundo Plato		Revuelto de Jamón		Pollo Asado							
Guarnición		Ens de Lechuga y Zanahoria		Ens de Lechuga y Cebolla							
Postre		Fruta Variada, Pan y Agua		Fruta Variada, Pan y Agua							
Cena Sugerida:		Verdura y Ternera		Verdura y Pescado							