

LUNES/MONDAY 4	MARTES/TUESDAY 5	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 6	JUEVES/THURSDAY 7	VIERNES/FRIDAY 8
Arroz Blanco con tomate. Salchichas de pollo y huevos fritos con ensalada mixta Fruta de temporada. White rice with tomato. Chicken sausages and fried eggs with mixed salad. Season's fruit.	Lentejas guisadas con verduras Hamburguesa con ensalada Fruta de temporada. Stewed lentils with vegetables Hamburger with salad Season's fruit.	Ensalada de pasta con atún Pechugas de pollo con lechuga Natillas. Pasta Salad With Tuna Chicken breasts with lettuce Custard.	Garbanzos guisados con zanahorias. Boquerones en tempura con ensalada Fruta de temporada. Stewed Chickpeas with carrots. Anchovies in tempura with salad Season's fruit	Puré de verduras. Albóndigas en salsa con Ensalada variada Fruta de temporada. Mashed vegetables. Meatballs in sauce with Mixed salad Season's fruit
623Kcal. 20g Prot. 93g HC. 19g Líp	637 Kcal. 29gProt. 80g HC. 24g Líp.	583 Kcal. 22gProt. 80g HC. 20g Líp.	645Kcal. 35g Prot. 79g HC. 21g Líp.	585Kcal. 29g Prot. 75g HC. 18g Líp.
LUNES/MONDAY 11	MARTES/TUESDAY 12	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 13	JUEVES/THURSDAY 14	VIERNES/FRIDAY 15
Espirales carbonara. Lomos adobados con ensalada mixta Fruta de temporada. Spirals carbonara style. Marinated loins with mixed salad Season's fruit	Judías blancas guisadas con verduras Limanda rebozada con ensalada Fruta de temporada. Stewed White beans with vegetables Breaded Limanda with salad Season's fruit	Coliflor con patata y salsonesa Pollo asado con ensalada Fruta de temporada. Cauliflower with potato and salsonesa Roast chicken with salad Season's fruit	Lentejas guisadas con verduras Huevos fritos con patatas fritas. Fruta de temporada Stewed Lentils with vegetables Fried eggs with chips Season's fruit	Paella mixta Fritura de Pescado Variada Fruta de temporada Mixed paella Varied fried fish Season's fruit
641 Kcal. 30g Prot. 90g HC. 17g Líp	645Kcal. 35g Prot. 79g HC. 21g Líp.	575Kcal. 25g Prot. 75g HC. 19g Líp.	621 Kcal. 22g Prot. 86 g HC. 21g Líp	645Kcal. 29g Prot. 85g HC. 21g Líp.
LUNES/MONDAY 18	MARTES/TUESDAY 19	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 20	JUEVES/THURSDAY 21	<h1>Junio</h1> <h1>June</h1>
Judías verdes con patata tomate. Chuletas de Sajonia con ensalada mixta Fruta de temporada. Green beans with tomato potato. Ham cutlets with mixed salad Season's fruit	Arroz tres delicias. Merluza rebozada con ensalada de tomate Fruta de temporada. Fried rice. Hake with tomato salad Season's fruit	Judías pintas con verduras Tortillas francesas de Atún con lechuga Fruta de temporada. Beans with vegetables Tuna omelettes with lettuce Season's fruit	Crema de calabacín Pizzas variadas. Helados. Zucchini cream Varied pizzas Ice creams	
595Kcal. 29g Prot. 75g HC. 19g Líp.	620Kcal. 30gProt. 80g HC. 20g Líp.	595Kcal. 31gProt. 75g HC. 19g Líp.	784Kcal. 23g Prot. 112g HC. 28g Líp	




*Todos los menús incluyen pan, fruta de temporada y agua de la red pública.

Menú valorado por: Carmen Gema Benito Fernández. Licenciada en Farmacia. Técnico en Nutrición. CENEO.