

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz blanco con tomate Croquetas caseras de jamón serrano y ensalada Pan - Fruta Kcal 890 Prot 27 H.d.c. 117 Lip 33,2 AGS 7,6 Calcio 138 Hierro 3,7 Vit.A 162
11 Lentejas estofadas Tortilla española y ensalada Pan -Fruta Kcal 701 Prot 35,3 H.d.c. 79,7 Lip 22,1 AGS 4,1 Calcio 145 Hierro 10,9 Vit.A 317	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo Kcal 510 Prot 23,8 H.d.c. 37,1 Lip 28,5 AGS 7,6 Calcio 252 Hierro 2,2 Vit.A 424	13 Espaguetis a la italiana (pasta,york y tomate) Albondigas de ternera a la riojana Pan - Fruta Kcal 737 Prot 35,8 H.d.c. 89,5 Lip 24,3 AGS 7,8 Calcio 72,6 Hierro 5,7 Vit.A 117	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza romana con ensalada Pan -Lácteo Kcal 732 Prot 29,3 H.d.c. 95,5 Lip 25,1 AGS 6,2 Calcio 224 Hierro 2,7 Vit.A 159	15 Patatas guisadas con carne Salchichas Frankfurt con tomate Pan - Fruta Kcal 642 Prot 31,6 H.d.c. 44,4 Lip 36,3 AGS 12,5 Calcio 98,7 Hierro 4,5 Vit.A 17,2
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta Kcal 573 Prot 24,5 H.d.c. 39,7 Lip 33,3 AGS 9,5 Calcio 149 Hierro 6,1 Vit.A 828	19 Fideuá mixta Empanadillas de atún con ensalada Pan -Lácteo Kcal 746 Prot 32,6 H.d.c. 96,7 Lip 23,7 AGS 6,3 Calcio 240 Hierro 3,6 Vit.A 248	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta Kcal 789 Prot 42,1 H.d.c. 75,2 Lip 31,5 AGS 6,2 Calcio 173 Hierro 9,3 Vit.A 37,4	21 Macarrones a la española (pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera y ensalada Pan - Lácteo Kcal 838 Prot 41,1 H.d.c. 82,2 Lip 36,9 AGS 11,9 Calcio 226 Hierro 5,3 Vit.A 197	22 Arroz tres delicias Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta Kcal 636 Prot 27,9 H.d.c. 89,4 Lip 17,8 AGS 3,6 Calcio 99,3 Hierro 4,4 Vit.A 76,1
25 Lentejas a la casera (lentejas,chorizo,patatas y zanahorias) Revuelto de jamón york y ensalada Pan - Fruta Kcal 741 Prot 38,1 H.d.c. 70,2 Lip 30,3 AGS 6,2 Calcio 155 Hierro 11 Vit.A 569	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera con verduras frescas Pan -Lácteo Kcal 827 Prot 35 H.d.c. 89,7 Lip 35,6 AGS 12 Calcio 216 Hierro 4,4 Vit.A 228	27 Coditos con jamón york y tomate frito San jacob casero y ensalada Pan - Fruta Kcal 793 Prot 29,6 H.d.c. 95,8 Lip 31 AGS 6,6 Calcio 189 Hierro 5,1 Vit.A 296	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan - Lácteo Kcal 514 Prot 23 H.d.c. 39,9 Lip 28,2 AGS 8 Calcio 253 Hierro 2,7 Vit.A 496	29 Judias blancas estofadas Calamares a la romana y ensalada Pan - Fruta Kcal 707 Prot 39,5 H.d.c. 73,9 Lip 22,3 AGS 3,9 Calcio 269 Hierro 8,8 Vit.A 362

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN
www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

CELIACO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Filete de ternera plancha y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Tortilla española y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo	13 Espagueis a la italiana (sin gluten) Albondigas de ternera(especiales) Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza horno con ensalada Pan -Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas Frankfurt (especial)con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegua Mixta (sin gluten) Lacón con ensalada Pan-lácteo	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(sin gluten) Hamburguesas de ternera(especial) y ensalada Pan- Lácteo	22 Arroz tres delicias Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patatas y zanahorias) Revuelto de jamón york y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan- Lácteo	27 Coditos con jamón (sin gluten) San jacob casero plancha y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -- Lácteo	29 Judias blancas estofadas Calamares a la plancha y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN

www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

LACTOSA-(postres lacteos sin lactosa)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Filete de ternera plancha y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Tortilla española y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Yogurt sin lactosa	13 Espagueis a la italiana(pasta,yorky tomate) Albondigas de ternera (especiales) Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza romana con ensalada Pan -Yogurt sin lactosa	15 Patatas guisadas con carne Salchichas (especiales) con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fideguga Mixta Lacón con ensalada Pan -Yogurt sin lactosa	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera (especial)y ensalada Pan -Yogurt sin lactosa	22 Arroz tres delicias Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patatas y zanahorias Revuelto de jamón york y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan -Yogurt sin lactosa	27 Coditos con jamón york y tomate frito San jacobó sin queso plancha y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -Yogurt sin lactosa	29 Judias blancas estofadas Calamares a la plancha y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN
www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

PROTEINA DE LECHE (postres y leche de soja)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Filete de ternera plancha y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Tortilla española y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Yogurt de soja	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera (especiales) Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza romana con ensalada Pan -Yogurt de soja	15 Patatas guisadas con carne Salchichas (especiales) con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegua Mixta Lacón con ensalada Pan -Yogurt de soja	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera (especial)y ensalada Pan -Yogurt de soja	22 Arroz tres delicias Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patatas y zanahorias) Revuelto de jamón york y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan -Yogurt de soja	27 Coditos con jamón york y tomate frito San jacobó(sin queso) plancha y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -Yogurt de soja	29 Judías blancas estofadas Calamares a la plancha y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN

www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

FRUTOS SECOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Filete de ternera plancha y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Tortilla española y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo	13 Espaguetis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera (especiales) Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza romana con ensalada Pan -Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas (especiales) con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegüa Mixta Lacón con ensalada Pan -Lácteo	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera (especial)y ensalada Pan -Lácteo	22 Arroz tres delicias Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patatas y zanahorias) Revuelto de jamón york y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan -Lácteo	27 Coditos con jamón york y tomate frito San jacob(sin queso) plancha y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -Lácteo	29 Judías blancas estofadas Calamares a la plancha y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN
www.microbal.net



FRUTOS SECOS Y MELOCOTÓN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Filete de ternera plancha y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Tortilla española y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera (especiales) Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza romana con ensalada Pan -Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas (especiales) con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegua Mixta Lacón con ensalada Pan -Lácteo	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera (especial)y ensalada Pan -Lácteo	22 Arroz tres delicias Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patatas y zanahorias) Revuelto de jamón york y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan -Lácteo	27 Coditos con jamón york y tamate frito San jacobó(sin queso) plancha y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -Lácteo	29 Judías blancas estofadas Calamares a la plancha y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN

www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

HUEVO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Filete de ternera plancha y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Filete de pavo y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera (especiales) Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza horno con ensalada Pan -Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas (especiales) con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegua Mixta Lacón con ensalada Pan -Lácteo	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera (especial) y ensalada Pan -Lácteo	22 Arroz tres delicias (sin huevo) Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patatas y zanahorias) Jamón y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan -Lácteo	27 Coditos con jamón york y tamate frito San jacobó plancha y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -Lácteo	29 Judias blancas estofadas Calamares a la plancha y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN

www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

HUEVO Y FRUTOS SECOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Filete de ternera plancha y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Filete de pavo y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera (especiales) Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza horno con ensalada Pan -Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas (especiales) con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegüa Mixta Lacón con ensalada Pan -Lácteo	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera (especial) y ensalada Pan -Lácteo	22 Arroz tres delicias (sin huevo) Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patatas y zanahorias) Jamón y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan -Lácteo	27 Coditos con jamón york y tomate frito San jacobó plancha y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -Lácteo	29 Judias blancas estofadas Calamares a la plancha y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN

www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

HUEVO Y LENGUADO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Filete de ternera plancha y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Filete de pavo y ensalada Pan - Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan - Lácteo	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera (especiales) Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza horno con ensalada Pan - Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas (especiales) con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan - Fruta	19 Fidegua Mixta Lacón con ensalada Pan - Lácteo	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera (especial) y ensalada Pan - Lácteo	22 Arroz tres delicias (sin huevo) Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patatas y zanahorias) Jamón y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan - Lácteo	27 Coditos con jamón york y tomate frito San jacobó(sin queso) plancha y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan - Lácteo	29 Judias blancas estofadas Calamares a la plancha y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN

www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

HUEVO, FRUTOS SECOS Y PESCADO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Filete de ternera plancha y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Filete de pavo y ensalada Pan - Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan - Lácteo	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera (especiales) Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de lomo plancha con ensalada Pan - Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas (especiales) con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan - Fruta	19 Fidegua Mixta Lacón con ensalada Pan - Lácteo	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera (especial) y ensalada Pan - Lácteo	22 Arroz tres delicias (sin huevo y gambas) Filete de pavo al horno Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patatas y zanahorias) Jamón y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan - Lácteo	27 Coditos con jamón york y tomate frito San jacob(sin queso) plancha y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan - Lácteo	29 Judias blancas estofadas Pavo en salsa y ensalada Pan - Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN

www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Filete de ternera plancha y ensalada Pan - Fruta
11 Sopa de pollo con fideos Filete de pavo y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera (especiales) Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de lomo plancha con ensalada Pan -Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas (especiales) con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegüa de pollo Lacón con ensalada Pan -Lácteo	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera (especial) y ensalada Pan -Lácteo	22 Arroz tres delicias (sin huevo y gambas) Filete de pavo al horno Pan - Fruta
25 Sopa de ave con estrellas Jamón y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan -Lácteo	27 Coditos con jamón york y tomate frito San jacob(sin queso) plancha y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -Lácteo	29 Judias blancas estofadas Pavo en salsa y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN

www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

JUDIAS BLANCAS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Croquetas caseras de jamón serrano y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Tortilla española y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera a la riojana Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza romana con ensalada Pan -Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas Frankfurt con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegua Mixta Empanadillas de atún con ensalada Pan-lácteo	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera y ensalada Pan- Lácteo	22 Arroz tres delicias Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patatas y zanahorias Revuelto de jamón york y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan- Lácteo	27 Coditos con jamón york y tomate frito San jacob casero y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -- Lácteo	29 Patatas guisadas con carne Calamares a la romana y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN

www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

JUDIAS BLANCAS Y PINTAS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Croquetas caseras de jamón serrano y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Tortilla española y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera a la riojana Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza romana con ensalada Pan -Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas Frankfurt con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegüa Mixta Empanadillas de atún con ensalada Pan-lácteo	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera y ensalada Pan - Lácteo	22 Arroz tres delicias Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patatas y zanahorias) Revuelto de jamón york y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan- Lácteo	27 Coditos con jamón york y tamate frito San jacobó casero y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -- Lácteo	29 Patatas guisadas con carne Calamares a la romana y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN
www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Filete de ternera plancha y ensalada Pan - Fruta
11 Sopa de pollo con fideos Tortilla española y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera (especiales) Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete lomo plancha con ensalada Pan -Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas (especiales) con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegua de pollo Lacón con ensalada Pan -Lácteo	20 Pure con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera (especial)y ensalada Pan -Lácteo	22 Arroz tres delicias(sin gambas) Pavo al horno Pan - Fruta
25 Sopa de ave con estrellas Revuelto de jamón york y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan -Lácteo	27 Coditos con jamón york y tomate frito San jacob(sin queso) plancha y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -Lácteo	29 Patatas con carne Pavo en salsa y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN

www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

LEGUMBRES Y FRUTOS SECOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Filete de ternera plancha y ensalada Pan - Fruta
11 Sopa de pollo con fideos Tortilla española y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera (especiales) Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza romana con ensalada Pan -Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas (especiales) con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegwa Mixta Lacón con ensalada Pan -Lácteo	20 Puré con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera (especial)y ensalada Pan -Lácteo	22 Arroz tres delicias Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Sopa de ave con estrellas Revuelto de jamón york y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan -Lácteo	27 Coditos con jamón york y tamate frito San jacob(sin queso) plancha y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -Lácteo	29 Patatas con carne Calamares a la plancha y ensalada Pan- Fruta
29	30	31		

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

JUDIAS BLANCAS , JUDIAS PINTAS Y GARBANZOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Croquetas caseras de jamón serrano y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Tortilla española y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera a la riojana Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza romana con ensalada Pan -Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas Frankfurt con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegua Mixta Empanadillas de atún con ensalada Pan-lácteo	20 Puré con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera y ensalada Pan- Lácteo	22 Arroz tres delicias Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patt y zanahorias) Revuelto de jamón york y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan- Lácteo	27 Coditos con jamón york y tamate frito San jacob casero y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -- Lácteo	29 Patatas con carne Calamares a la romana y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN

www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS

FRUTAS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				8 Arroz con pollo Croquetas caseras de jamón serrano y ensalada Pan - Fruta
11 Lentejas estofadas Tortilla española y ensalada Pan -Fruta	12 Crema de calabacín Pollo asado con patatas fritas Pan -Lácteo	13 Espagueis a la italiana(pasta,york y tomate) Albondigas de ternera a la riojana Pan - Fruta	14 Arroz blanco con tomate Filete de merluza romana con ensalada Pan -Lácteo	15 Patatas guisadas con carne Salchichas Frankfurt con tomate Pan - Fruta
18 Crema de verduras frescas Cinta de lomo fresca y ensalada Pan -Fruta	19 Fidegua Mixta Empanadillas de atún con ensalada Pan-lácteo	20 Potaje de garbanzos con verduras frescas Jamoncitos de pollo en salsa y patatas Pan - Fruta	21 Macarrones a la española(pasta,chorizo y tomate) Hamburguesas de ternera y ensalada Pan- Lácteo	22 Arroz tres delicias Filete de merluza en salsa verde Pan - Fruta
25 Lentejas a la casera(lentejas,chorizo,patatas y zanahorias Revuelto de jamón york y ensalada Pan - Fruta	26 Arroz blanco con tomate Filete de ternera y verduras frescas Pan- Lácteo	27 Coditos con jamón york y tomate frito San jacob casero y ensalada Pan - Fruta	28 Crema de zanahorias,puerro y calabacín Contramuslos de pollo al horno y patatas Pan -- Lácteo	29 Judias blancas estofadas Calamares a la romana y ensalada Pan- Fruta

Valorado nutricionalmente por la empresa MICROBAL ASESORIA ALIMENTARIA S.A. LABORATORIO DE CONTROL DE CALIDAD Y NUTRICIÓN

www.microbal.net



LEYENDA SÍMBOLOS ALÉRGICOS