





LUNES 5 MARZO	MARTES 6 MARZO	MIÉRCOLES 7 MARZO	JUEVES 8 MARZO	VIERNES 9 MARZO
SOPA DE POLLO (carne de pollo) LOMO (carne de cerdo) FRUTA	ARROZ NAPOLITANA (arroz, tomate, calabacín) PALOMETA EN SALSA CON VERDURAS (palometa, zanahorias, judía) FRUTA	LAZOS AL POMODORO SAN JACOBO (york, queso, pan rallado) FRUTA	LENTEJAS ESTOFADAS (garbanzos, tomate, pimienta) TORTILLA DE PATATAS (huevo, patata) FRUTA	CREMA DE  (zanahoria, patatas, puerro) VARITAS DE MERLUZA (merluza) FRUTA
Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 439 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 31 % Proteína: 12 %	Energía: 470 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 30 % Proteína: 14 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 33 % Proteína: 11 %
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
SOPA DE  (pollo, jamón, huevo) SALCHICHAS CON TOMATE (carne de cerdo, tomate) FRUTA	MACARRONES BOLOÑESA (pasta, carne de cerdo, tomate) MERLUZA EN SALSA VERDE CON ZANAHORIAS (merluza, zanahorias, cebolla) FRUTA	COCIDO ANDALUZ (garbanzo, patata, zanahoria) CROQUETAS CASERAS (jamón, leche, harina) FRUTA	CREMA DE PATATA (patata, cebolla) TORTILLA DE JAMON (huevo, jamón) FRUTA	LENTEJAS A LA JARDINERA (lentejas, tomate, zanahoria) EMPANADILLA DE BONITO(atún, tomate, huevo) FRUTA
Energía: 464 Kcal. Hid. Carb.: 58 % Lípido: 30 % Proteína: 12 %	Energía: 470 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 30 % Proteína: 14 %	Energía: 447 Kcal. Hid. Carb.: 55 % Lípido: 31 % Proteína: 14 %	Energía: 458 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 31 % Proteína: 12 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
ARROZ CALDOSO CON VERDURITAS Y POLLO (pollo, arroz, zanahorias) FINGERS DE  (merluza, harina) FRUTA	ALUBIAS ESTOFADAS (alubia, tomate, pimienta) TORTILLA DE PATATAS FRUTA	CAZUELA DE FIDEOS (pasta, zanahorias, calabacín) HAMBURGUESA (carne de pollo) FRUTA	ESPAGUETIS CARBONARA (pasta, nata, beicon) BUÑUELO DE BACALAO (bacalao, leche) FRUTA	SOPAP DE ESPARRAGOS DE LA ABUELA (patata, espárragos, pan) JAMÓN EN SALSA CON PATATA ASADA (patata, carne, tomate) FRUTA
Energía: 440 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 32 % Proteína: 11 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 446 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 464 Kcal. Hid. Carb.: 58 % Lípido: 30 % Proteína: 12 %	Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 33 % Proteína: 10 %
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
ESTOFADO DE  (cerdo, patata, tomate, pimienta) LENGUADO EN SALSA (halibut, tomate, pimienta) FRUTA	CODITOS A LA ITALIANA (pasta, tomate) ALBONDIGAS CON TOMATE Y ZANAHORIAS (carne, tomate, zanahorias) FRUTA	POTAJE DE GARBANZOS (garbanzo, patata, zanahoria) PECHUGA VILLARROY (pechuga, leche, pan rallado) FRUTA	SOPA MINISTRONE (pasta, zanahoria, calabacín) FOGONERO EN SALSA (fogonero, cebolla) FRUTA	PATATAS A LA RIOJANA (patatas, chorizo, tomate) SAN JACOBO (york, queso, pan) FRUTA
Energía: 460 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 30 % Proteína: 13 %	Energía: 439 Kcal. Hid. Carb.: 57 % Lípido: 31 % Proteína: 12 %	Energía: 470 Kcal. Hid. Carb.: 56 % Lípido: 30 % Proteína: 14 %	Energía: 436 Kcal. Hid. Carb.: 55 % Lípido: 33 % Proteína: 12 %	Energía: 464 Kcal. Hid. Carb.: 58 % Lípido: 30 % Proteína: 12 %