



CELIACO

MAYO DE 2026

1º Plato

<u>LUNES 4</u>	Arroz integral con verduras
<u>MARTES 5</u>	Judías verdes con tomate
<u>MIÉRCOLES 6</u>	Patatas a la riojana
<u>JUEVES 7</u>	Judías blancas ecológicas con verduras
<u>VIERNES 8</u>	Sopa de fideos especiales
<u>LUNES 11</u>	Pasta especial a la boloñesa
<u>MARTES 12</u>	Arroz tres delicias
<u>MIÉRCOLES 13</u>	Lentejas ecológicas con verdura y chorizo
<u>JUEVES 14</u>	Crema de calabaza
<u>VIERNES 15</u>	Sopa de fideos especiales
<u>LUNES 18</u>	Arroz integral con magro
<u>MARTES 19</u>	Judías blancas ecológicas con verduras
<u>MIÉRCOLES 20</u>	Ragout de pavo estofado
<u>JUEVES 21</u>	Sopa de fideos especiales
<u>VIERNES 22</u>	Crema de calabaza
<u>LUNES 25</u>	Pasta especial con tomate y chorizo
<u>MARTES 26</u>	Crema de zanahoria y boniato asado
<u>MIÉRCOLES 27</u>	Sopa de fideos especiales
<u>JUEVES 28</u>	Paella de pollo y verduras
<u>VIERNES 29</u>	Lentejas ecológicas con verdura y chorizo

2º Plato

Chuleta de sajonia plancha	
Pollo asado	
Guisantes rehogados con jamón	
Tortilla de patata	
Salmón plancha	
Abadejo en su jugo	
Filete de pollo a la plancha	
Tortilla de jamón cocido	
Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrito	
Cocido completo con verduras	
Rosada plancha	
Huevos revueltos con jamón	
Coliflor rehogada con ajo	
Contramuslo de pollo al horno	
Pavo plancha	
Abadejo a la marinera	
Pollo asado al limón	
Cocido completo con verduras	
Pavo plancha	
Tortilla de patata	

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes





DIETA BC

MAYO - 2026

		<i>Hidratos</i>	<i>Proteínas</i>	<i>Grasas</i>	<i>Kcal</i>
<u>LUNES 4</u>	Arroz integral con verduras. Chuleta de sajonia plancha	67,5	45,3	23,8	664,8
<u>MARTES 5</u>	Judías verdes rehogadas con ajitos . Pollo asado	21,0	71,4	27,6	618,0
<u>MIÉRCOLES 6</u>	Patatas con verduras . Guisantes con ajo	55,6	23,6	20,4	508,0
<u>JUEVES 7</u>	Judías blancas ecológicas con verduras . Tortilla francesa	26,0	32,4	36,1	558,5
<u>VIERNES 8</u>	Sopa de fideos especiales. Salmón plancha	27,0	39,8	26,7	507,5
<u>LUNES 11</u>	Espirales integrales con aceite de oliva. Abadejo en su jugo	39,0	7,0	8,0	461,0
<u>MARTES 12</u>	Arroz tres delicias . Filete de pollo a la plancha	55,0	32,8	10,3	443,5
<u>MIÉRCOLES 13</u>	Lentejas ecológicas con verduras . Tortilla de jamón cocido	50,8	38,3	44,6	758,4
<u>JUEVES 14</u>	Crema de calabaza . Lomo plancha	69,1	29,2	15,1	529,1
<u>VIERNES 15</u>	Sopa de cocido . Cocido de verduras	55,0	36,2	25,0	589,8
<u>LUNES 18</u>	Arroz blanco. Rosada plancha	53,8	64,2	12,1	580,1
<u>MARTES 19</u>	Judías blancas ecológicas con verduras . Huevos revueltos con jamón	40,7	43,2	49,1	777,1
<u>MIÉRCOLES 20</u>	Ragout de pavo estofado . Coliflor rehogada con ajo	11,2	38,3	24,5	539,0
<u>JUEVES 21</u>	Sopa de estrellitas . Contramuslo de pollo al horno	22,8	68,7	26,4	597,9
<u>VIERNES 22</u>	Crema de calabaza . Pavo plancha	60,3	22,0	8,5	405,7
<u>LUNES 25</u>	Macarrones integrales con aceite de oliva. Abadejo en su jugo	39,0	8,0	7,0	461,0
<u>MARTES 26</u>	Crema de zanahoria y boniato asado . Pollo asado al limón	31,6	50,2	33,9	632,1
<u>MIÉRCOLES 27</u>	Sopa de cocido . Cocido de verduras	55,0	36,2	25,0	589,8
<u>JUEVES 28</u>	Paella de pollo y verduras . Pavo plancha	52,6	38,9	18,3	529,8
<u>VIERNES 29</u>	Lentejas ecológicas con verduras . Tortilla francesa	36,1	27,5	31,6	539,8



HUEVO

MAYO DE 2026

1º Plato

<u>LUNES 4</u>	Arroz integral con verduras
<u>MARTES 5</u>	Judías verdes con tomate
<u>MIÉRCOLES 6</u>	Patatas a la riojana
<u>JUEVES 7</u>	Judías blancas ecológicas con verduras
<u>VIERNES 8</u>	Sopa de fideos especiales
<u>LUNES 11</u>	Pasta especial a la boloñesa
<u>MARTES 12</u>	Arroz tres delicias
<u>MIÉRCOLES 13</u>	Lentejas ecológicas con verdura y chorizo
<u>JUEVES 14</u>	Crema de calabaza con picatostes
<u>VIERNES 15</u>	Sopa de fideos especiales
<u>LUNES 18</u>	Arroz integral con magro
<u>MARTES 19</u>	Judías blancas ecológicas con verduras
<u>MIÉRCOLES 20</u>	Ragout de pavo estofado
<u>JUEVES 21</u>	Sopa de fideos especiales
<u>VIERNES 22</u>	Crema de calabaza con picatostes
<u>LUNES 25</u>	Pasta especial con tomate y chorizo
<u>MARTES 26</u>	Crema de zanahoria y boniato asado
<u>MIÉRCOLES 27</u>	Sopa de fideos especiales
<u>JUEVES 28</u>	Paella de pollo y verduras
<u>VIERNES 29</u>	Lentejas ecológicas con verdura y chorizo

2º Plato

Chuleta de sajonia plancha	
Pollo asado	
Guisantes rehogados con jamón	
Pavo plancha	
Salmón a la naranja	
Abadejo en su jugo	
Filete de pollo a la plancha	
Pavo plancha	
Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrillo	
Cocido completo con verduras	
Rosada en salsa verde	
Lacón plancha	
Coliflor rehogada con ajo	
Contramuslo de pollo al horno	
Pavo plancha	
Abadejo a la marinera	
Pollo asado al limón	
Cocido completo con verduras	
Pavo plancha	
Lacón plancha	

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes





HUEVO/MARISCO

MAYO DE 2026

1º Plato

<u>LUNES 4</u>	Arroz integral con verduras
<u>MARTES 5</u>	Judías verdes con tomate
<u>MIÉRCOLES 6</u>	Patatas a la riojana
<u>JUEVES 7</u>	Judías blancas ecológicas con verduras
<u>VIERNES 8</u>	Sopa de fideos especiales
<u>LUNES 11</u>	Pasta especial a la boloñesa
<u>MARTES 12</u>	Arroz tres delicias
<u>MIÉRCOLES 13</u>	Lentejas ecológicas con verdura y chorizo
<u>JUEVES 14</u>	Crema de calabaza con picatostes
<u>VIERNES 15</u>	Sopa de fideos especiales
<u>LUNES 18</u>	Arroz integral con magro
<u>MARTES 19</u>	Judías blancas ecológicas con verduras
<u>MIÉRCOLES 20</u>	Ragout de pavo estofado
<u>JUEVES 21</u>	Sopa de fideos especiales
<u>VIERNES 22</u>	Crema de calabaza con picatostes
<u>LUNES 25</u>	Pasta especial con tomate y chorizo
<u>MARTES 26</u>	Crema de zanahoria y boniato asado
<u>MIÉRCOLES 27</u>	Sopa de fideos especiales
<u>JUEVES 28</u>	Paella de pollo y verduras
<u>VIERNES 29</u>	Lentejas ecológicas con verdura y chorizo

2º Plato

Chuleta de sajonia plancha	
Pollo asado	
Guisantes rehogados con jamón	
Pavo plancha	
Salmón a la naranja	
Abadejo en su jugo	
Filete de pollo a la plancha	
Pavo plancha	
Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrillo	
Cocido completo con verduras	
Rosada en salsa verde	
Lacón plancha	
Coliflor rehogada con ajo	
Contramuslo de pollo al horno	
Lasaña especial	
Pollo asado al limón	
Cocido completo con verduras	
Pavo plancha	
Lacón plancha	

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes





LEGUMBRE

MAYO DE 2026

1º Plato

<u>LUNES 4</u>	Arroz integral con verduras
<u>MARTES 5</u>	Ensalada mixta
<u>MIÉRCOLES 6</u>	Patatas a la riojana
<u>JUEVES 7</u>	Puré de verduras
<u>VIERNES 8</u>	Coliflor rehogada con ajo

<u>LUNES 11</u>	Fusilli integral boloñesa
<u>MARTES 12</u>	Arroz con tomate
<u>MIÉRCOLES 13</u>	Champiñón al ajillo
<u>JUEVES 14</u>	Crema de calabaza
<u>VIERNES 15</u>	Ensalada mixta

<u>LUNES 18</u>	Arroz con tomate
<u>MARTES 19</u>	Calabacín plancha
<u>MIÉRCOLES 20</u>	Ragout de pavo estofado
<u>JUEVES 21</u>	Sopa de estrellitas
<u>VIERNES 22</u>	Crema de calabaza

<u>LUNES 25</u>	Macarrones integrales con chorizo y queso
<u>MARTES 26</u>	Crema de zanahoria y boniato asado
<u>MIÉRCOLES 27</u>	Champiñón rehogado con cebolla
<u>JUEVES 28</u>	Paella de pollo y verduras
<u>VIERNES 29</u>	Ensalada mixta

2º Plato

Chuleta de sajonia plancha
Pollo asado
Pavo plancha
Tortilla de patata
Salmón a la naranja

Abadejo a la romana
Filete de pollo a la plancha
Tortilla de jamón cocido
Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrito
Filete de pavo a la plancha

Rosada en salsa verde
Huevos revueltos con jamón
Coliflor rehogada con ajo
Contramuslo de pollo al horno
Pavo plancha

Abadejo en su jugo
Pollo asado al limón
Lacón plancha
Pavo plancha
Tortilla de patata

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes





LEGUMBRE/PLV

MAYO DE 2026

	<u>1º Plato</u>	<u>2º Plato</u>
<u>LUNES 4</u>	Arroz integral con verduras	Chuleta de sajonia plancha
<u>MARTES 5</u>	Ensalada mixta	Pollo asado
<u>MIÉRCOLES 6</u>	Patatas a la riojana	Pavo plancha
<u>JUEVES 7</u>	Puré de verduras	Tortilla de patata
<u>VIERNES 8</u>	Coliflor rehogada con ajo	Salmón a la naranja
<u>LUNES 11</u>	Fusilli integral boloñesa	Abadejo a la romana
<u>MARTES 12</u>	Arroz con tomate	Filete de pollo a la plancha
<u>MIÉRCOLES 13</u>	Champiñón al ajillo	Tortilla de jamón cocido
<u>JUEVES 14</u>	Crema de calabaza	Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrito
<u>VIERNES 15</u>	Ensalada mixta	Filete de pavo a la plancha
<u>LUNES 18</u>	Arroz con tomate	Rosada en salsa verde
<u>MARTES 19</u>	Calabacín plancha	Huevos revueltos con jamón
<u>MIÉRCOLES 20</u>	Ragout de pavo estofado	Coliflor rehogada con ajo
<u>JUEVES 21</u>	Sopa de estrellitas	Contramuslo de pollo al horno
<u>VIERNES 22</u>	Crema de calabaza	Pavo plancha
<u>LUNES 25</u>	Macarrones integrales con tomate y chorizo	Abadejo en su jugo
<u>MARTES 26</u>	Crema de zanahoria y boniato asado	Pollo asado al limón
<u>MIÉRCOLES 27</u>	Champiñón rehogado con cebolla	Lacón plancha
<u>JUEVES 28</u>	Paella de pollo y verduras	Pavo plancha
<u>VIERNES 29</u>	Ensalada mixta	Tortilla de patata

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes





LEGUMBRE/SOJA

MAYO DE 2026

1º Plato

LUNES 4 Arroz integral con verduras
MARTES 5 Ensalada mixta
MIÉRCOLES 6 Patatas a la riojana
JUEVES 7 Puré de verduras
VIERNES 8 Coliflor rehogada con ajo

LUNES 11 Fusilli integral boloñesa

MARTES 12 Arroz con tomate
MIÉRCOLES 13 Champiñón al ajillo
JUEVES 14 Crema de calabaza
VIERNES 15 Ensalada mixta

LUNES 18 Arroz con tomate

MARTES 19 Calabacín plancha
MIÉRCOLES 20 Ragout de pavo estofado
JUEVES 21 Sopa de estrellitas
VIERNES 22 Crema de calabaza

LUNES 25 Macarrones integrales con chorizo y queso

MARTES 26 Crema de zanahoria y boniato asado
MIÉRCOLES 27 Champiñón rehogado con cebolla
JUEVES 28 Paella de pollo y verduras
VIERNES 29 Ensalada mixta

2º Plato

Chuleta de sajonia plancha
Pollo asado
Pavo plancha
Tortilla de patata
Salmón a la naranja

Abadejo a la romana

Filete de pollo a la plancha
Tortilla de jamón cocido
Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrito
Filete de pavo a la plancha

Rosada en salsa verde

Huevos revueltos con jamón
Coliflor rehogada con ajo
Contramuslo de pollo al horno
Pavo plancha

Abadejo en su jugo

Pollo asado al limón
Lacón plancha
Pavo plancha
Tortilla de patata

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes





MARISCO

MAYO DE 2026

1º Plato

<u>LUNES 4</u>	Arroz integral con verduras
<u>MARTES 5</u>	Judías verdes con tomate
<u>MIÉRCOLES 6</u>	Patatas a la riojana
<u>JUEVES 7</u>	Judías blancas ecológicas con verduras
<u>VIERNES 8</u>	Sopa de picadillo
<u>LUNES 11</u>	Fusilli integral boloñesa
<u>MARTES 12</u>	Arroz tres delicias
<u>MIÉRCOLES 13</u>	Lentejas ecológicas con verdura y chorizo
<u>JUEVES 14</u>	Crema de calabaza con picatostes
<u>VIERNES 15</u>	Sopa de cocido
<u>LUNES 18</u>	Arroz integral con magro
<u>MARTES 19</u>	Judías blancas ecológicas con verduras
<u>MIÉRCOLES 20</u>	Ragout de pavo estofado
<u>JUEVES 21</u>	Sopa de estrellitas
<u>VIERNES 22</u>	Crema de calabaza con picatostes
<u>LUNES 25</u>	Macarrones integrales con chorizo y queso
<u>MARTES 26</u>	Crema de zanahoria y boniato asado
<u>MIÉRCOLES 27</u>	Sopa de cocido
<u>JUEVES 28</u>	Paella de pollo y verduras
<u>VIERNES 29</u>	Lentejas ecológicas con verdura y chorizo

2º Plato

Chuleta de sajonia plancha	
Pollo asado	
Guisantes rehogados con jamón	
Tortilla de patata	
Salmón a la naranja	
Abadejo a la romana	
Filete de pollo a la plancha	
Tortilla de jamón cocido	
Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrillo	
Cocido completo con verduras	
Rosada en salsa verde	
Huevos revueltos con jamón	
Brocoli y coliflor gratinados con bechamel	
Contramuslo de pollo al horno	
Lasaña de carne	
Abadejo en su jugo	
Pollo asado al limón	
Cocido completo con verduras	
Pavo plancha	
Tortilla de patata	

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes





PESCADO

MAYO DE 2026

	<u>1º Plato</u>	<u>2º Plato</u>
<u>LUNES 4</u>	Arroz integral con verduras	Chuleta de sajonia plancha
<u>MARTES 5</u>	Judías verdes con tomate	Pollo asado
<u>MIÉRCOLES 6</u>	Patatas a la riojana	Guisantes rehogados con jamón
<u>JUEVES 7</u>	Judías blancas ecológicas con verduras	Tortilla de patata
<u>VIERNES 8</u>	Sopa de picadillo	Pavo plancha
<u>LUNES 11</u>	Fusilli integral boloñesa	Lacón plancha
<u>MARTES 12</u>	Arroz tres delicias	Filete de pollo a la plancha
<u>MIÉRCOLES 13</u>	Lentejas ecológicas con verdura y chorizo	Tortilla de jamón cocido
<u>JUEVES 14</u>	Crema de calabaza con picatostes	Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrito
<u>VIERNES 15</u>	Sopa de cocido	Cocido completo con verduras
<u>LUNES 18</u>	Arroz integral con magro	Pavo plancha
<u>MARTES 19</u>	Judías blancas ecológicas con verduras	Huevos revueltos con jamón
<u>MIÉRCOLES 20</u>	Ragout de pavo estofado	Brocoli y coliflor gratinados con bechamel
<u>JUEVES 21</u>	Sopa de estrellitas	Contramuslo de pollo al horno
<u>VIERNES 22</u>	Crema de calabaza con picatostes	Lasaña de carne
<u>LUNES 25</u>	Macarrones integrales con chorizo y queso	Lacón plancha
<u>MARTES 26</u>	Crema de zanahoria y boniato asado	Pollo asado al limón
<u>MIÉRCOLES 27</u>	Sopa de cocido	Cocido completo con verduras
<u>JUEVES 28</u>	Paella de pollo y verduras	Pavo plancha
<u>VIERNES 29</u>	Lentejas ecológicas con verdura y chorizo	Tortilla de patata

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes





PLV
MAYO DE 2026

	<u>1º Plato</u>	<u>2º Plato</u>
<u>LUNES 4</u>	Arroz integral con verduras	Chuleta de sajonia plancha
<u>MARTES 5</u>	Judías verdes con tomate	Pollo asado
<u>MIÉRCOLES 6</u>	Patatas a la riojana	Guisantes rehogados con jamón
<u>JUEVES 7</u>	Judías blancas ecológicas con verduras	Tortilla de patata
<u>VIERNES 8</u>	Sopa de picadillo	Salmón a la naranja
<u>LUNES 11</u>	Fusilli integral boloñesa	Abadejo a la romana
<u>MARTES 12</u>	Arroz tres delicias	Filete de pollo a la plancha
<u>MIÉRCOLES 13</u>	Lentejas ecológicas con verdura y chorizo	Tortilla de jamón cocido
<u>JUEVES 14</u>	Crema de calabaza	Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrillo
<u>VIERNES 15</u>	Sopa de cocido	Cocido completo con verduras
<u>LUNES 18</u>	Arroz integral con magro	Rosada en salsa verde
<u>MARTES 19</u>	Judías blancas ecológicas con verduras	Huevos revueltos con jamón
<u>MIÉRCOLES 20</u>	Ragout de pavo estofado	Coliflor rehogada con ajo
<u>JUEVES 21</u>	Sopa de estrellitas	Contramuslo de pollo al horno
<u>VIERNES 22</u>	Crema de calabaza	Pavo plancha
<u>LUNES 25</u>	Macarrones integrales con tomate y chorizo	Abadejo a la marinera
<u>MARTES 26</u>	Crema de zanahoria y boniato asado	Pollo asado al limón
<u>MIÉRCOLES 27</u>	Sopa de cocido	Cocido completo con verduras
<u>JUEVES 28</u>	Paella de pollo y verduras	Pavo plancha
<u>VIERNES 29</u>	Lentejas ecológicas con verdura y chorizo	Tortilla de patata

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes





TOMATE

MAYO DE 2026

1º Plato

<u>LUNES 4</u>	Arroz integral con verduras
<u>MARTES 5</u>	Judías verdes rehogadas con ajitos
<u>MIÉRCOLES 6</u>	Coliflor rehogada con ajo
<u>JUEVES 7</u>	Puré de verduras
<u>VIERNES 8</u>	Sopa de picadillo
<u>LUNES 11</u>	Espirales integrales con aceite de oliva
<u>MARTES 12</u>	Arroz tres delicias
<u>MIÉRCOLES 13</u>	Champiñón al ajillo
<u>JUEVES 14</u>	Crema de calabaza con picatostes
<u>VIERNES 15</u>	Sopa de cocido
<u>LUNES 18</u>	Arroz blanco
<u>MARTES 19</u>	Calabacín plancha
<u>MIÉRCOLES 20</u>	Ragout de pavo estofado sin tomate
<u>JUEVES 21</u>	Sopa de estrellitas
<u>VIERNES 22</u>	Crema de calabaza con picatostes
<u>LUNES 25</u>	Macarrones integrales con aceite de oliva
<u>MARTES 26</u>	Crema de zanahoria y boniato asado
<u>MIÉRCOLES 27</u>	Sopa de cocido
<u>JUEVES 28</u>	Arroz blanco
<u>VIERNES 29</u>	Puré de verduras

2º Plato

Chuleta de sajonia plancha	
Pollo asado	
Guisantes rehogados con jamón	
Tortilla de patata	
Salmón a la naranja	
Abadejo a la romana	
Filete de pollo a la plancha	
Tortilla de jamón cocido	
Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrillo	
Cocido completo con verduras	
Rosada en salsa verde	
Huevos revueltos con jamón	
Brocoli y coliflor gratinados con bechamel	
Contramuslo de pollo al horno	
Pavo plancha	
Abadejo a la marinera	
Pollo asado al limón	
Cocido completo con verduras	
Pavo plancha	
Tortilla de patata	

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes





VEGETARIANO

MAYO - 2026

		<i>Hidratos</i>	<i>Proteínas</i>	<i>Grasas</i>	<i>Kcal</i>
<u>LUNES 4</u>	Arroz integral con verduras. Guisantes con ajo	88,3	24,1	14,5	579,3
<u>MARTES 5</u>	Judías verdes con tomate. Ensalada mixta	52,4	22,1	13,3	442,5
<u>MIÉRCOLES 6</u>	Patatas con verduras . Guisantes con ajo	55,6	23,6	20,4	508,0
<u>JUEVES 7</u>	Judías blancas ecológicas con verduras . Tortilla de patata	41,2	40,7	49,6	773,6
<u>VIERNES 8</u>	Sopa de fideos especiales. Judías verdes rehogadas con ajitos	42,0	23,4	19,5	437,1
<u>LUNES 11</u>	Espirales integrales con tomate. Guisantes con ajo	83,5	33,8	13,7	592,5
<u>MARTES 12</u>	Arroz con tomate . Judías verdes rehogadas con ajitos	81,5	21,0	14,3	538,3
<u>MIÉRCOLES 13</u>	Lentejas ecológicas con verduras . Tortilla francesa	36,1	27,5	31,6	539,8
<u>JUEVES 14</u>	Crema de calabaza con picatostes. Judías verdes rehogadas con ajitos	30,9	25,7	20,1	213,0
<u>VIERNES 15</u>	Sopa de fideos especiales. Cocido de verduras	55,0	37,4	29,5	635,1
<u>LUNES 18</u>	Arroz con tomate . Guisantes con ajo	89,0	25,8	12,5	571,3
<u>MARTES 19</u>	Judías blancas ecológicas con verduras . Tortilla francesa	26,0	32,4	36,1	558,5
<u>MIÉRCOLES 20</u>	Judías verdes rehogadas con ajitos . Brocoli y coliflor gratinados con bechamel	35,3	22,0	28,3	496,0
<u>JUEVES 21</u>	Sopa de fideos especiales. Guisantes con ajo	49,5	28,2	17,7	470,1
<u>VIERNES 22</u>	Crema de calabaza con picatostes. Judías verdes rehogadas con ajitos	30,9	25,7	20,1	213,0
<u>LUNES 25</u>	Macarrones integrales con tomate. Guisantes con ajo	83,5	33,8	13,7	592,5
<u>MARTES 26</u>	Crema de zanahoria y boniato asado . Judías verdes rehogadas con ajitos	51,3	14,7	20,4	447,6
<u>MIÉRCOLES 27</u>	Sopa de fideos especiales. Cocido de verduras	55,0	37,4	29,5	635,1
<u>JUEVES 28</u>	Arroz con tomate . Guisantes con ajo	89,0	25,8	12,5	571,3
<u>VIERNES 29</u>	Lentejas ecológicas con verduras . Tortilla de patata	51,3	35,8	45,1	754,9