

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
  		-DÍA 1- Patatas guisadas a la riojana  Filete de merluza rebozado  Pan y fruta  Kcal:613 Prot:26 Lip:16 HC:92	-DÍA 2- Arroz con verduras Albóndigas Burger meat mixta con salsa de setas  Pan y yogur natural  Kcal:832 Prot:31 Lip:29 HC:110	-DÍA 3- Crema parmentier Butifarras catalanas al ajillo con zanahoria Pan y fruta  Kcal:669 Prot:23 Lip:26 HC:84
-DÍA 6- Coliflor al ajo arriero  Tortilla española  Pan y yogur natural  Kcal:552 Prot:20 Lip:19 HC:73	-DÍA 7- Patatas guisadas con verduras  Pollo asado a la naranja Pan y fruta  Kcal:531 Prot:27 Lip:13 HC:77	-DÍA 8- Menestra de verduras Pimientos del piquillo rellenos de bacalao  Pan y fruta  Kcal:530 Prot:19 Lip:15 HC:79	-DÍA 9- Alubias blancas a la hortelana  Chuleta de cerdo al ajillo Pan y fruta  Kcal:712 Prot:30 Lip:23 HC:91	-DÍA 10- Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Pan y fruta  Kcal:667 Prot:28 Lip:19 HC:95
-DÍA 13- Arroz con verduras Filete de pollo empanado  Pan y fruta  Kcal:597 Prot:24 Lip:11 HC:102	-DÍA 14- Lombarda rehogada con manzana Tortilla española  Pan y fruta  Kcal:515 Prot:16 Lip:16 HC:77	-DÍA 15- Guisantes rehogados con jamón york Cinta de lomo adobada a la pimienta con champiñones  Pan y fruta  Kcal:704 Prot:31 Lip:29 HC:79	-DÍA 16- Crema de puerro  Lasaña de carne  Pan y yogur natural  Kcal:532 Prot:20 Lip:12 HC:85	-DÍA 17- Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Pan y fruta  Kcal:655 Prot:27 Lip:21 HC:92
-DÍA 20- Sopa castellana  Salmon a la naranja  Pan y fruta  Kcal:558 Prot:22 Lip:16 HC:76	-DÍA 21- Repollo rehogado al ajo arriero Ragout de ternera en salsa con patatas  Pan y fruta  Kcal:625 Prot:23 Lip:25 HC:74	-DÍA 22- Arroz al curry  Jamoncitos al limón con patatas Pan y yogur natural  Kcal:626 Prot:23 Lip:15 HC:99	-DÍA 23- Judías verdes con patata, zanahoria y tomate  Roti de pavo con sabor mediterráneo  Pan y fruta  Kcal:506 Prot:35 Lip:13 HC:70	-DÍA 24- Patatas guisadas con verduras  Costillas asadas con pimientos fritos Pan y fruta  Kcal:678 Prot:29 Lip:29 HC:78
-DÍA 27- Lentejas con arroz y verduras  Filete de pollo empanado  Pan y fruta  Kcal:677 Prot:33 Lip:9 HC:116	-DÍA 28- Ensaladilla rusa  Lomos de bacalao con tomate  Pan y yogur natural  Kcal:643 Prot:32 Lip:23 HC:77	-DÍA 29- Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Pan y fruta  Kcal:647 Prot:27 Lip:21 HC:92	-DÍA 30- Pisto manchego Tortilla española  Pan y fruta  Kcal:528 Prot:16 Lip:16 HC:80	-DÍA 31- Arroz campero Filete de merluza a la gallega  Pan y fruta  Kcal:514 Prot:23 Lip:10 HC:83

Las cocinas centrales se someten diariamente al sistema de desinfección rápida COUNTERFOG® SDR-05-A+ Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, pueden solicitar información de las sustancias que pueden causar alergias o intolerancias Este menú ha sido valorado por el Departamento de Nutrición e Higiene Alimentaria (R.S. 2610104-M/ ISO 9001: 2008 N.º EC-2930/07).

GLUTEN	HUEVO	PESCADO	MOLUSCO	SOJA	ALTRAMUCES	LECHE	SÉSAMO	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SULFITOS	CACAHUETE	CRUSTÁCEOS
--------	-------	---------	---------	------	------------	-------	--------	-------------------	------	---------	----------	-----------	------------