

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
												-DÍA 1- Judías pintas con verduras  Filete de merluza a la gallega  Pan y Fruta  Kcal:438 Prot:24,9 Lip:7,6 HC:71,6				-DÍA 2- Gazpacho  Pollo asado al ajillo con patata panadera  Pan y Fruta  Kcal:402 Prot:20,8 Lip:14,1 HC:52,5			
-DÍA 5- Lentejas a la hortelana  Tortilla francesa  Pan y Fruta  Kcal:479 Prot:22 Lip:10,9 HC:75,9				-DÍA 6- Patatas guisadas con verduras  Pollo asado a la naranja  Pan y Fruta  Kcal:380 Prot:20,9 Lip:12 HC:52,3				-DÍA 7- Sopa de fideos  Pimientos del piquillo rellenos  Pan y Fruta  Kcal:275 Prot:14,2 Lip:8 HC:39,8				-DÍA 8- Alubias blancas a la hortelana  Chuleta de cerdo al ajillo  Pan y Fruta  Kcal:448 Prot:28,3 Lip:7,4 HC:71,4				-DÍA 9- Macarrones con salsa de setas  Filete de merluza con ensalada  Pan y Yogur desnatado  Kcal:378 Prot:19,8 Lip:11,1 HC:53,1			
-DÍA 12- Kcal: Prot: Lip: HC:				-DÍA 13- Brócoli al ajillo  Tortilla española con ensalada  Pan y Fruta  Kcal:370 Prot:13,2 Lip:13 HC:53,9				-DÍA 14- Guisantes rehogados con jamón york  Filete de pollo con verduras  Pan y Fruta  Kcal:416 Prot:26,2 Lip:15 HC:47,5				-DÍA 15- Crema de puerro  Ragout de ternera en salsa con patatas  Pan y Yogur desnatado  Kcal:459 Prot:22,1 Lip:21,4 HC:47,9				-DÍA 16- Sopa de cocido  Cocido madrileño sin embutidos  Pan y Fruta  Kcal:483 Prot:22,2 Lip:10,1 HC:80			
-DÍA 19- Sopa de fideos  Salmón al horno con patatas  Pan y Fruta  Kcal:286 Prot:13,4 Lip:8,1 HC:44,2				-DÍA 20- Menestra de verduras rehogadas con cebollita  Ragout de ternera en salsa con patatas  Pan y Fruta  Kcal:464 Prot:18,9 Lip:23,2 HC:49,5				-DÍA 21- Arroz con pollo  Huevos Villarroy con ensalada  Pan y Yogur desnatado  Kcal:451 Prot:27,5 Lip:15,9 HC:37,7				-DÍA 22- Lombarda rehogada con manzana  Roti de pavo con sabor mediterráneo  Pan y Fruta  Kcal:352 Prot:27,5 Lip:10 HC:41,5				-DÍA 23- Patatas guisadas con verduras  Costillas asadas con pimientos  Pan y Fruta  Kcal:368 Prot:21,7 Lip:9,5 HC:53,9			
-DÍA 26- Judías verdes con patata y zanahoria  Filete de pollo en su jugo con tiras de pimiento  Pan y Fruta  Kcal:350 Prot:26,6 Lip:11 HC:47,2				-DÍA 27- Patatas guisadas con verduras  Magro de cerdo con verduritas y patatas.  Pan y Fruta  Kcal:314 Prot:14,6 Lip:7,9 HC:49,7				-DÍA 28- Sopa de cocido  Cocido madrileño sin embutidos  Pan y Fruta  Kcal:480 Prot:22,3 Lip:10,1 HC:79,3				-DÍA 29- Menestra de verduras  Cinta de lomo fresca en salsa con zanahoria  Pan y Fruta  Kcal:404 Prot:23,6 Lip:15,5 HC:47,3				-DÍA 30- Coditos blancos salteados con verduras  Filete de palometa en salsa de guisantes  Pan y Yogur desnatado  Kcal:407 Prot:20,9 Lip:15,1 HC:50,1			

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 alimentarias. 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
--------	-------	---------	---------	------	------------	-------	--------	-------------------	------	---------	----------	-----------	------------