

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

02

CODITOS CON TOMATE
FILETE MERLUZA EN SALSAS VERDE
GUARNICION LECHUGA Y MAIZ
YOGUR
PAN BARRA
KCal. 795 H.C. 107 Lip. 30 P. 30

03



ENSALADA CON PATATA
ARROZ CON POLLO Y VERDURAS
MANZANA
PAN BARRA
KCal. 973 H.C. 119 Lip. 48 P. 20

04

ALUBIA BLANCA POCHA
TORTILLA DE PATATAS
GUARNICION LECHUGA
PLATANO
PAN BARRA
KCal. 729 H.C. 98 Lip. 27 P. 25

05

JUDIA VERDE CON PATATAS
ALBONDIGAS CON TOMATE
PERA
PAN BARRA
KCal. 484 H.C. 65 Lip. 15 P. 25

06

GARBANZOS VIUDOS
FILETE DE LIMANDA REBOZADA
GUARNICION LECHUGA
NARANJA
PAN BARRA
KCal. 671 H.C. 69 Lip. 29 P. 38

09

CREMA DE ZANAHORIA
SAN MARINO
GUARNICION LECHUGA
MANZANA
PAN BARRA
KCal. 604 H.C. 71 Lip. 30 P. 15

10

LENTEJAS CON PUERRO Y
ZANAHORIA
GUISADO DE PAVO
NARANJA
PAN BARRA
KCal. 626 H.C. 74 Lip. 19 P. 44

11

MACARRONES CON HUEVO DURO Y ATUN
FILETE MERLUZA EN SALSAS DE
ALCACHOFAS
PLATANO
PAN BARRA
KCal. 659 H.C. 106 Lip. 17 P. 28

12



BORRAJA CON PATATAS
FILETE RUSO CON CHAMPIÑONES
GUARNICION LECHUGA Y ZANAHORIA
YOGUR NATURAL
PAN BARRA
KCal. 642 H.C. 46 Lip. 38 P. 30

13

ARROZ CON TOMATE
MUSLO DE POLLO ASADO A LAS HIERBAS
GUARNICION LECHUGA
PERA
PAN BARRA
KCal. 813 H.C. 110 Lip. 32 P. 28

16



CREMA DE VERDURAS
ARROZ CON VERDURAS, CÚRCUMA Y
POLLO
YOGUR
PAN BARRA
KCal. 593 H.C. 98 Lip. 15 P. 21

17

GARBANZOS CON ZANAHORIA Y REFRITO DE AJO
FILETE MERLUZA AL HORNO ESTILO
ORIO CON PATATA PANADERA
NARANJA
PAN BARRA
KCal. 649 H.C. 72 Lip. 28 P. 30

18

MENESTRA VERDURAS
CROQUETAS DE JAMON
GUARNICION LECHUGA
PLATANO
PAN BARRA
KCal. 867 H.C. 83 Lip. 54 P. 16

19

MACARRONES CON TOMATE
MUSLO DE POLLO ASADO
GUARNICION LECHUGA
PERA
PAN BARRA
KCal. 727 H.C. 94 Lip. 28 P. 30

20

ALUBIA PINTA CON VERDURAS
FILETE DE LIMANDA REBOZADA
GUARNICION LECHUGA Y ZANAHORIA
MANZANA
PAN BARRA
KCal. 632 H.C. 73 Lip. 23 P. 38

23

LENTEJAS CON BONIATO
BACALAO AL AJOARRIERO
GUARNICION LECHUGA Y MAIZ
MANZANA
PAN BARRA
KCal. 679 H.C. 88 Lip. 24 P. 34

24



25

ACELGA CON REFRITO
FILETE DE POLLO EN SALSAS
GUARNICION LECHUGA
MELON
PAN BARRA
KCal. 658 H.C. 58 Lip. 33 P. 34

26



CREMA DE BROCOLI ECOLOGICO
GUISADO RIBEREÑA
PLATANO
PAN BARRA
KCal. 632 H.C. 53 Lip. 28 P. 46

27

ARROZ A LA CUBANA
FILETE DE MERLUZA EN SALSAS DE
ESPINACAS Y CILANTRO
NARANJA
PAN BARRA
KCal. 692 H.C. 106 Lip. 21 P. 25

30



CREMA DE GUI SANTES
MACARRONES INTEGRALES CON
TOMATE
NARANJA
PAN BARRA
KCal. 617 H.C. 109 Lip. 14 P. 20

31

ALUBIA BLANCA CON PIMIENTO Y ZANAHORIA
TORTILLA DE PATATAS
GUARNICION LECHUGA
PERA
PAN BARRA
KCal. 682 H.C. 92 Lip. 25 P. 24

iconografía

CLICK-a AQUI



CLICK-a AQUI

recomendaciones nutricionales

CLICK-a AQUI

CLICK-a AQUI

Massana impulsa

CLICK-a AQUI

23