

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

**01**   
 CREMA DE VERDURAS  
 ESPIRALES CON TOMATE  
 GUARNICION LECHUGA  
 YOGUR  
 KCal. 690 H.C. 108 Lip. 22 P. 20

**02**  
 ALUBIA BLANCA POCHA  
 FILETE DE MERLUZA REBOZADA  
 GUARNICION LIMON  
 PERA  
 KCal. 582 H.C. 75 Lip. 19 P. 32

**03**  
 JUDIA VERDE CON PATATAS  
 ALBONDIGAS EN SALSAS CHAMPIÑONES  
 GUARNICION LECHUGA  
 MANZANA  
 KCal. 596 H.C. 50 Lip. 35 P. 24

**04**  
 LENTEJAS PARDINAS  
 MUSLO DE POLLO ASADO  
 GUARNICION LECHUGA Y ZANAHORIA  
 NARANJA  
 KCal. 555 H.C. 62 Lip. 20 P. 35

**05**  
 ARROZ CON VERDURAS Y CURCUMA  
 BACALAO AL AJOARRIERO  
 MANDARINAS  
 KCal. 711 H.C. 105 Lip. 24 P. 26

**08**  
 BORRAJA CON PATATAS  
 LOMO ADOBADO CON PISTO  
 GUARNICION LECHUGA  
 MANZANA  
 KCal. 530 H.C. 54 Lip. 25 P. 25

**09**   
 MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE  
 FILETE DE POLLO EN SALSAS  
 PERA  
 KCal. 805 H.C. 109 Lip. 26 P. 40

**10**  
 ALUBIA PINTA CON VERDURAS  
 FILETE DE LIMANDA REBOZADA  
 GUARNICION LECHUGA  
 NARANJA  
 KCal. 624 H.C. 69 Lip. 31 P. 41

**11**   
 CREMA DE CALABAZA  
 TORTILLA DE PATATAS  
 GUARNICION LECHUGA  
 YOGUR NATURAL  
 KCal. 589 H.C. 63 Lip. 30 P. 17

**12**  
 ARROZ CON TOMATE  
 FILETE MERLUZA EN SALSAS VERDES  
 MANDARINAS  
 KCal. 730 H.C. 108 Lip. 25 P. 23

**15**  
 MENESTRA VERDURAS  
 SAN JACOBO  
 GUARNICION LECHUGA  
 MANZANA  
 KCal. 743 H.C. 77 Lip. 43 P. 14

**16**  
 GARBANZOS VIUDOS  
 ABADEJO AL HORNO CON VERDURITAS  
 GUARNICION LECHUGA Y MAIZ  
 PERA  
 KCal. 614 H.C. 72 Lip. 21 P. 37

**17**   
 CREMA DE BROCOLI ECOLOGICO  
 LOMO EN SALSAS DE VERDURAS  
 YOGUR  
 KCal. 504 H.C. 43 Lip. 24 P. 28

**18**  
 ARROZ A LA CUBANA  
 MUSLO DE POLLO ASADO  
 GUARNICION LECHUGA  
 MANDARINAS  
 KCal. 761 H.C. 100 Lip. 30 P. 30

**19**  
**fiesta**

**22**   
 LENTEJAS A LA HORTELANA  
 FILETE DE LIMANDA REBOZADA  
 GUARNICION LECHUGA  
 NARANJA  
 KCal. 596 H.C. 64 Lip. 31 P. 40

**23**  
 JUDIA VERDE CON PATATAS  
 HAMBURGUESAS EN SALSAS  
 PLATANO  
 KCal. 559 H.C. 55 Lip. 28 P. 26

**24**  
 ARROZ CON TOMATE  
 FILETE DE MERLUZA EN SALSAS  
 MARINERA  
 FRESAS  
 KCal. 726 H.C. 107 Lip. 26 P. 23

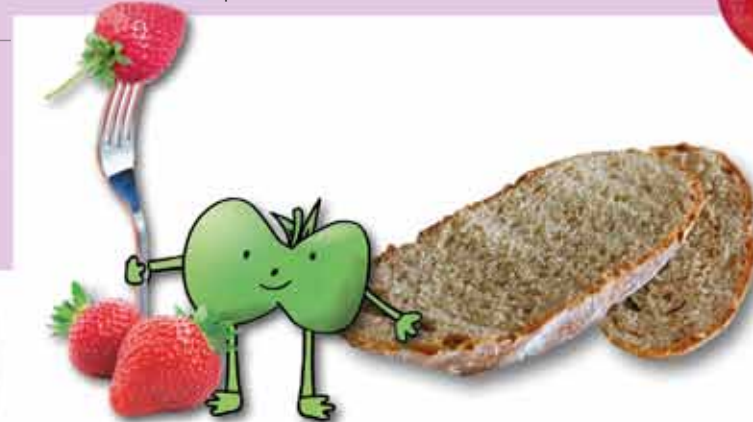
**25**  
 ALUBIA BLANCA POCHA  
 POLLO CAMPERO  
 GUARNICION LECHUGA  
 MANZANA  
 KCal. 720 H.C. 79 Lip. 28 P. 43

**26**   
 PURE DE VERDURAS  
 MACARRONES CON HUEVO DURO Y  
 ATUN  
 YOGUR  
 KCal. 702 H.C. 115 Lip. 20 P. 22

**29**   
 CREMA CALABACIN Y PUERRO  
 ARROZ CON POLLO Y VERDURAS  
 MANDARINAS  
 KCal. 830 H.C. 120 Lip. 35 P. 17

**30**  
 LENTEJAS PARDINAS  
 GUISADO RIBEREÑA  
 GUARNICION LECHUGA  
 MANZANA  
 KCal. 868 H.C. 79 Lip. 38 P. 58

**31**   
 ESPIRALES CON TOMATE  
 FILETE DE MERLUZA REBOZADA  
 GUARNICION LECHUGA  
 HELADO  
 KCal. 754 H.C. 94 Lip. 32 P. 27



**24**

**iconografía**

CLICK-a  
AQUI



**proyecto educativo**  
 CLICK-a  
AQUI

**recomendaciones nutricionales**  
 CLICK-a  
AQUI

**Massana impulsa**  
 CLICK-a  
AQUI