



#### Desayuno

Leche con cacao, zumo, magdalenas, galletas, cereales, pan con mantequilla/mermelada, croissant



#### Media mañana

Yogurt con cereales, chocolate y galletas, quesitos...



#### Merienda

Bocadillo o sándwich (jamón, salchichón, chorizo, queso, mortadela, etc.), yogurt



#### Alérgenos

A	Avellanas	M	Mostaza
AL	Frutos secos (avellana, almendra...)	MO	Molusco
AP	Apio	P	Pescado
CRUS	Crustáceos	SE	Sésamo
G	Gluten	SO	Soja
H	Huevo	SUL	Sulfitos
L	Leche		
CROQ	L, G, SO (puede tener trazas de CRUS, MO, H y P)		

	Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
<b>Comida</b>	Paella Calamares Ensalada y fruta P Kcal 1605 P 68 Hc 149	Lentejas castellanas Sajonia plancha Fruta Kcal 1572 P 65 Hc 144	Judías verdes con patata y zanahoria Hamburguesa plancha Ensalada y fruta Kcal 1433 P 48 Hc 166	Crema de verduras Pollo asado/patatas fritas Sul Kcal 1309 P 84 Hc 147	Pasta carbonara Merluza plancha Ensalada y fruta Glu-P Kcal 750 P 33 Hc 90
<b>Cena</b>	Ensalada de hojas verdes con atún Huevos rotos con jamón Lácteo P-L-H	Sopa castellana Salmon con tomillo Lácteo P-L	Salteado de arroz/verduras Salchichas frescas Lácteo L	Ensalada campera Filete ternera plancha Lácteo H-L	
	Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
<b>Comida</b>	Crema dubry Ragú ternera/patata horno Fruta Kcal 1341 P 59 Hc 134	Patatas guisadas c/ verduras Merluza al horno Fruta P Kcal 1068 P 70 Hc 152	Sopa de cocido Cocido completo Fruta Glu Kcal 1368 P 49 Hc 156	Macarrones boloñesa Lacón a la gallega Fruta Glu Kcal 1174 P 64 Hc 136	Lentejas con verduras Empanadillas Ensalada y fruta Glu Kcal 750 P 33 Hc 90
<b>Cena</b>	Ensalada canónigos c/ frutos secos Huevos revueltos c/ gambas Lácteo L-H-AL	Tallarines Solomillo pavo plancha Lácteo Glu-L	Ensalada de espinacas Hamburguesa con Bacon Lácteo Glu-Se-L	Ensalada césar Alitas pollo barbacoa Lácteo L	
	Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
<b>Comida</b>	Crema de zanahorias Pollo empanado Ensalada y fruta Glu Kcal 1148 P 64 Hc 154	Judías blancas Tortilla de patata Fruta H Kcal 1026 P 50 Hc 133	Espaguetis con queso Merluza en salsa Fruta Glu-P Kcal 1152 P 77 Hc 134	Judías verdes con jamón Ternera asada patatas panad Fruta Sul Kcal 1788 P 74 Hc 193	Arroz a la marinera Pollo plancha Ensalada y fruta Kcal 750 P 33 Hc 90
<b>Cena</b>	Sapa de ave Bacalao romana c calabacín Lácteo P-L-Glu	Champiñones salteados Sepa plancha Lácteo P-L	Verduras ajillo Cinta de lomo c/queso Lácteo L	Puré de patatas Revuelto de setas y gambas Lácteo L-H	



**Desayuno**

Leche con cacao, zumo, magdalenas, galletas, cereales, pan con mantequilla/mermelada, croissant (Apto para celíacos)



**Media mañana**

Yogurt con cereales, chocolate y galletas, quesitos... (Apto para celíacos)



**Merienda**

Bocadillo o sándwich (jamón, salchichón, chorizo, queso, mortadela, etc.), yogurt (Apto para celíacos)



**Alérgenos**

- |      |  |     |          |
|------|--|-----|----------|
| A    | Avellanas  | M   | Mostaza  |
| AL   | Frutos secos (avellana, almendra...)             | MO  | Molusco  |
| AP   | Apio   | P   | Pescado  |
| CRUS | Crustáceos                                       | SE  | Sésamo   |
| G    | Gluten   | SO  | Soja     |
| H    | Huevo  | SUL | Sulfitos |
| L    | Leche  |     |          |
| CROQ | L, G, SO (puede tener trazas de CRUS, MO, H y P) |     |          |

	Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
<b>Comida</b>	Paella Calamares plancha Ensalada y fruta P Kcal 750 P 33 Hc 90	Lentejas castellanas Sajonia plancha Fruta Kcal 806 P 31 Hc 83	Judías verdes con patata y zanahoria Hamburguesa plancha Ensalada y fruta Kcal 682 P 27 Hc 76	Crema de verduras Pollo asado/patatas fritas Sul Kcal 527 P 27 Hc 74	Pastas s/g carbonara Merluza plancha Ensalada y fruta P Kcal 737 P 34 Hc 93
<b>Cena</b>					
	Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
<b>Comida</b>	Crema dubarry Ragú ternera/patata horno Fruta Kcal 640 P 26 Hc 77	Patatas guisadas c/ verduras Merluza al horno Fruta P Kcal 482 P 24 Hc 66	Sopa de s/g cocido Cocido completo Fruta Kcal 603 P 22 Hc 94	Macarrones s/g boloñesa Lacón a la gallega Fruta Kcal 657 P 28 Hc 89	Lentejas con verduras Filete ternera Ensalada y fruta Kcal 663 P 27 Hc 86
<b>Cena</b>					
	Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
<b>Comida</b>	Crema de zanahorias Pollo plancha Ensalada y fruta Kcal 715 P 27 Hc 89	Judías blancas Tortilla de patata Fruta H Kcal 528 P 21 Hc 78	Espaguetis s/g con queso Merluza en salsa Fruta P Kcal 603 P 30 Hc 82	Judías verdes con jamón Ternera asada patatas panad Fruta Sul Kcal 842 P 34 Hc 95	Arroz a la marinera Pollo plancha Ensalada y fruta Kcal 602 P 29 Hc 77
<b>Cena</b>					