

## septiembre 2009

MARTES 1		MIÉRCOLES 2			JUEVES 3			VIERNES 4					
VACACIONES		VACACIONES			VACACIONES			VACACIONES					
LUNES 7		MARTES 8			MIÉRCOLES 9			JUEVES 10			VIERNES 11		
VACACIONES		VACACIONES			Coditos c/ tomate Delicias de merluza Fruta HC:94 P:48 G:26 C:834			Sopa de arroz al azafrán Chuleta de pavo c/ patatas chip Yogurt HC:86 P:65 G:39 C:956			Ensalada campera Estofado de ternera c/ guarnición Fruta HC:45 P:49 G:38 C:901		
LUNES 14		MARTES 15			MIÉRCOLES 16			JUEVES 17			VIERNES 18		
Menestra de verduras Filete ruso c/ ensalada Fruta HC:61 P:37 G:52 C:898		Arroz c/ pisto Chuleta riojana c/ patatas fritas Yogurt HC:86 P:65 G:39 C:956			Empedrado de legumbres Varitas de pollo c/ ensalada Fruta HC:83 P:50 G:15 C:815			Macarrones al aroma albahaca Lenguado al vapor c/ salteado de verduras Natillas HC:110 P:60 G:45 C:912			Crema Esaú c/ picatostes Tortilla española c/ ensalada Fruta en almíbar HC:97 P:37 G:33 C:983		
LUNES 21		MARTES 22			MIÉRCOLES 23			JUEVES 24			VIERNES 25		
Paella alicantina Cinta de lomo empanada c/ ens. Zum de frutas HC:81 P:34 G:45 C:890		Ensalada de pasta florida Pescado a la naranja c/ patatas Helado HC:90 P:54 G:31 C:958			Patatas marineras Filete de pollo c/ ensalada Fruta HC:27 P:34 G:61 C:832			Judías verdes rehogadas Tortilla c/ jamón y ensalada Fruta HC:81 P:21 G:53 C:886			Sopa de cocido Cocido completo Fruta HC:76 P:65 G:45 C:964		
LUNES 28		MARTES 29			MIÉRCOLES 30								
Fidegüa Alicantina Pescado empanado c/ ensalada Yogurt HC:73 P:58 G:33 C:901		Crema de patatas y zanahorias Ragut de cerdo c/ ensalada Fruta HC:94 P:48 G:26 C:798			Sopa de verduras Huevos fritos c/ bacón Postre lacteo HC:87 P:36 G:31 C:953								

## octubre 2009

					JUEVES 1			VIERNES 2					
					Fabada asturiana Pollo asado al limón c/ ensalada Fruta HC:109 P:61 G:44 C:911			Arroz Alkor Hamburguesa en salsa c/ patatas Fruta HC:56 P:61 G:45 C:813					
LUNES 5		MARTES 6			MIÉRCOLES 7			JUEVES 8			VIERNES 9		
Coditos c/ atún Cinta de lomo a la plancha c/ ens. Fruta HC:53 P:66 G:35 C:805		Guiso de garbanzos y verduras Tortilla española Flan HC:90 P:37 G:46 C:943			Zanahorias c/ queso al horno Ragout c/ patatas fritas Fruta HC:109 P:34 G:40 C:906			Paella de carne y pollo Buchones de merluza c/ ensalada Fruta HC:72 P:57 G:32 C:875			Sopa de menudillo Croquetas caseras c/ ensalada Yogurth HC:85 P:34 G:30 C:917		
LUNES 12		MARTES 13			MIÉRCOLES 14			JUEVES 15			VIERNES 16		
F I E S T A		Cintas c/ verduras Escalopitos de pescado orly c/ ens Postre lacteo HC:83 P:53 G:23 C:974			Patatas c/ costillas Chuleta bilbaina c/ guarnición Fruta HC:80 P:54 G:30 C:915			Lentejas c/ arroz Roti de pavo c/ patatas fritas Yogurth HC:96 P:59 G:45 C:918			Gratinado de verduras Tortilla francesa c/ salchichas Fruta HC:84 P:43 G:36 C:964		
LUNES 19		MARTES 20			MIÉRCOLES 21			JUEVES 22			VIERNES 23		
Puré de verduras Albóndigas cazadora c/ guarnic. Batido HC:107 P:35 G:41 C:916		Espirales c/ tomate Huevos fritos c/ bacon Fruta HC:95 P:27 G:51 C:883			Judías blancas estofadas Pescadito andaluz Zum de frutas HC:103 P:42 G:30 C:854			Patatas salteadas c/ verduras Pollo al ajillo c/ ensalada Fruta HC:110 P:30 G:42 C:921			Sopa de cocido Cocido castellano Fruta HC:76 P:65 G:45 C:964		
LUNES 26		MARTES 27			MIÉRCOLES 28			JUEVES 29			VIERNES 30		
Arroz tres delicias Tortilla de jamón c/ ensalada Fruta en almíbar HC:59 P:62 G:47 C:860		Judías pintas c/ oreja Filete merluza menier c/ ensalada Yogurth HC:53 P:49 G:38 C:823			Macarrones carbonara Bitoque ternera riojana c/ ensalada Fruta HC:52 P:62 G:43 C:865			Puré a la murcinana Muslitos de pollo c/patatas y manzana Natillas HC:65 P:54 G:37 C:820			Judías verdes c/ jamón y chorizo Costilla asada c/ oregano y patatas Fruta HC:99 P:36 G:42 C:935		

Todos los días el menú va acompañado de ensalada y fruta. HC: hidratos de carbono; P: proteínas; G: grasas; C: calorías

## noviembre 2009

LUNES 2		MARTES 3		MIÉRCOLES 4		JUEVES 5		VIERNES 6	
Spaguetti Napolitana Pescado en salsa c/ ensalada		Sopa cabello de ángel Tortilla de queso c/ ensalada		Paella valenciana Guiso de ternera c/ guarnición de champiñón		Menestra de verduras Chuleta bilbaína c/ patatas fritas		Judías blancas estofadas Empanadilla c/ ensalada	
Batido HC:110 P:51 G:32 C:20		Fruta HC:80 P:33 G:55 C:910		Fruta HC:103 P:42 G:38 C:854		Fruta HC:112 P:38 G:42 C:907		Yogurt HC:91 P:54 G:26 C:763	
LUNES 9		MARTES 10		MIÉRCOLES 11		JUEVES 12		VIERNES 13	
Arroz blanco c/ salsa de tomate Huevo frito c/ chorizo Fruta		Patatas guisadas c/ carne Pollo a la canela c/ ensalada Yogurt		Lentejas a la campesinas Albóndigas c/ arroz Fruta		Espirales boloñesa Cazuela del pescador Postre lacteo		Verdurita murciana San Jacobo del chef c/ patatas Fruta	
HC:57 P:24 G:53 C:795		HC:93 P:38 G:52 C:913		HC:111 P:37 G:41 C:908		HC:87 P:53 G:27 C:869		HC:59 P:35 G:50 C:829	
LUNES 16		MARTES 17		MIÉRCOLES 18		JUEVES 19		VIERNES 20	
Fideua alicantina Filete de pescado a la florentina		Crema de brocoli, calabaza y pat. Ragut a la jardinera c/ patatas fritas Fruta		Judías verdes c/ jamón Muslitos de pollo en pepitoria c/ ensalada Fruta		Legumbres c/ verduras Tortilla de jamón c/ ensalada Flan		Arroz milanés Perrito caliente c/ patatas Zum de fruta	
Yogurt HC:103 P:46 G:23 C:760		HC:39 P:64 G:52 C:904		HC:78 P:20 G:47 C:809		HC:93 P:36 G:46 C:961		HC:86 P:65 G:39 C:956	
LUNES 23		MARTES 24		MIÉRCOLES 25		JUEVES 26		VIERNES 27	
Tallarines c/ atún Filete ruso c/ ensalada Natillas		Crema de zanahorias Tortilla española c/ ensalada Fruta		Sopa de arroz al azafran Filete de merluza rebosada c/ pat. Yogurt		Pisto manchego Salchichas c/ puré duquesa Fruta en almibar		Sopa de cocido Cocido madrileño Fruta	
HC:35 P:64 G:52 C:869		HC:90 P:31 G:41 C:890		HC:103 P:46 G:23 C:760		HC:47 P:58 G:39 C:721		HC:155 P:46 G:19 C:929	
LUNES 30									
Macarrones al pesto Cinta lomo a la plancha c/ ens. Helado									
HC:53 P:59 G:37 C:801									

## diciembre 2009

		MARTES 1		MIÉRCOLES 2		JUEVES 3		VIERNES 4	
		Judías verdes c/ crema Pollo a las finas hierbas c/ ens. Zum de frutas		Arroz Pilaf Hamburguesa a la plancha c/ ens. Fruta		Lentejas caseras Pescado c/ salsa holandesa Yogurt		Sopa de lluvia Tortilla española c/ ensalada Fruta	
		HC:65 P:54 G:35 C:820		HC:56 P:61 G:45 C:813		HC:93 P:36 G:43 C:961		HC:87 P:27 G:44 C:791	
LUNES 7		MARTES 8		MIÉRCOLES 9		JUEVES 10		VIERNES 11	
NO LECTIVO		F I E S T A		Coditos a la italiana Pescadito andaluz c/ ensalada Fruta		Menestra de verduras San Jacobo del chef c/ pat. rueda Fruta		Sopa de cocido Cocido madrileño Fruta	
				HC:101 P:45 G:27 C:880		HC:90 P:47 G:29 C:902		HC:115 P:61 G:16 C:844	
LUNES 14		MARTES 15		MIÉRCOLES 16		JUEVES 17		VIERNES 18	
Paella mixta Escalope de pollo c/ ensalada		Crema de champiñones Huevos fritos c/ bacon		Patatas riojanas Filete de merluza a la plancha c/ ensalada Yogurt		Fideos gratinados Ragout de cerdo c/ patatas		Judías pintas estofadas Merluza zarautz	
Melocotón en almibar HC:53 P:58 G:38 C:785		Fruta HC:81 P:32 G:50 C:905		Fruta HC:113 P:30 G:42 C:945		Fruta HC:93 P:33 G:47 C:892		Postre lácteo HC:60 P:52 G:37 C:821	
LUNES 21		MARTES 22		MIÉRCOLES 23		JUEVES 24		VIERNES 25	
Verduras salteadas Albóndigas riojanas c/ guarnición		Macarrones al Alkor Hamburguesa del chef c/ patatas rueda Postre navideño		VACACIONES		VACACIONES		VACACIONES	
Natillas HC:94 P:48 G:26 C:798		HC:53 P:52 G:37 C:802							
LUNES 28		MARTES 29		MIÉRCOLES 30		JUEVES 31			
VACACIONES		VACACIONES		VACACIONES		VACACIONES			

Todos los días el menú va acompañado de ensalada y fruta. HC: hidratos de carbono; P: proteínas; G: grasas; C: calorías

## enero 2010

				VIERNES 1					
VACACIONES				VACACIONES					
LUNES 4		MARTES 5		MIÉRCOLES 6		JUEVES 7		VIERNES 8	
VACACIONES				VACACIONES					
VACACIONES				VACACIONES					
LUNES 11		MARTES 12		MIÉRCOLES 13		JUEVES 14		VIERNES 15	
Arroz c/ verduras y menudillos		Tomate a la florentina		Spagueti al horno		Crema parmantier		Sopa de cocido	
Huevos fritos c/ bacon		Pollo guisado c/patatas cuadro		Lenguado a la plancha c/ ens.		San Jacobo c/ patatas		Cocido castellano	
Fruta		Yogurt		Fruta		Postre lacteo		Fruta	
HC:82	P:35 G:47 C:889	HC:94	P:48 G:26 C:798	HC:84	P:54 G:20 C:806	HC:94	P:48 G:26 C:798	HC:155	P:46 G:19 C:329
LUNES 18		MARTES 19		MIÉRCOLES 20		JUEVES 21		VIERNES 22	
Espirales c/ queso		Paella alicantina		Judias verdes a la castellana		Menestra de lentejas		Sopa de pescado	
Tortilla de verduras		Guiso de cerdo c/ ciruelas y nueces		Hamburguesa en salsa c/ patatas		Merluza a la gallega c/ patatas		Rotfi de pavo c/ensalada	
Fruta		Natillas		Fruta		Yogurt		Fruta en almibar	
HC:93	P:50 G:32 C:861	HC:53	P:58 G:38 C:784	HC:81	P:21 G:53 C:886	HC:115	P:61 G:16 C:844	HC:76	P:23 G:33 C:832
LUNES 25		MARTES 26		MIÉRCOLES 27		JUEVES 28		VIERNES 29	
Cazuela de verduras estofadas c/ huevo		Tallarines boloñesa		Judias blancas c/ salchichas		Arroz gratinado		NO LECTIVO	
Albóndigas riojanas c/ guarnición		Buchones de pescado orly c/ ens.		Pollo a las finas hierbas		Tortilla de jamón c/ensalada			
Fruta		Yogurt		Zumo de frutas		Fruta			
HC:109	P:32 G:45 C:917	HC:83	P:75 G:23 C:941	HC:67	P:42 G:37 C:823	HC:81	P:32 G:50 C:905		

## febrero 2010

LUNES 1		MARTES 2		MIÉRCOLES 3		JUEVES 4		VIERNES 5	
Coditos c/jamón		Empedrado de judias pintas		Verduras rehogadas al ajillo		Paella de embutido		Sopa de menudillo	
Tortilla paisana c/ ensalada		Cazón en salsa c/ patatas al horno		Estofado jardinera c/ patatas fritas		Pollo guisado sureño c/ ensalada		San jacob de pescado c/ patatas fritas	
Fruta		Fruta		Postre lacteo		Fruta		Yogurt	
HC:81	P:32 G:50 C:905	HC:53	P:44 G:38 C:829	HC:94	P:48 G:26 C:798	HC:91	P:53 G:37 C:860	HC:83	P:75 G:23 C:941
LUNES 8		MARTES 9		MIÉRCOLES 10		JUEVES 11		VIERNES 12	
Zanahorias c/ jamón		Arroz a la cubana		Salteado de pastas y verduras		Crema de tomate		Sopa de ave	
Pescadito andaluz c/ ensalada		Huevos fritos c/ bacón		Chuleta riojanas c/ ensalada		Varitas de pollo c/patatas		Cocido maragato	
Natillas		Fruta		Fruta		Yogurt		Fruta	
HC:62	P:34 G:30 C:776	HC:81	P:37 G:56 C:925	HC:35	P:64 G:52 C:869	HC:78	P:20 G:47 C:809	HC:60	P:47 G:39 C:952
LUNES 15		MARTES 16		MIÉRCOLES 17		JUEVES 18		VIERNES 19	
Cintas a la crema		Lentejas burgalesas		Arroz c/ pescado		Judias verdes a la andaluza		Patatas marinera	
Albóndigas caseras c/ arroz		Pescado al horno c/ patatas		Rotfi de pavo c/ patatas		Tortilla española c/ensalada		Croquetas caseras c/ ensalada	
Zumo de frutas		Fruta		Helado		Fruta		Fruta	
HC:35	P:64 G:52 C:869	HC:94	P:52 G:32 C:902	HC:86	P:65 G:39 C:965	HC:96	P:36 G:45 C:915	HC:62	P:34 G:30 C:779
LUNES 22		MARTES 23		MIÉRCOLES 24		JUEVES 25		VIERNES 26	
Arroz c/ guisantes		Crema de calabacín		Verduras gratinadas		Judias blancas c/ oreja		Macarrones c/ bonito	
Muslitos de pollo c/ puré duquesa		Huevos cocidos al horno en salsa c/ patatas		Hamburguesa a la plancha c/ patatas		Lomo empanado c/ ensalada		Pescado a la jardinera c/ ensalada	
Fruta		Yogurt		Fruta en almibar		Fruta		Flan	
HC:83	P:61 G:39 C:956	HC:95	P:38 G:43 C:919	HC:45	P:49 G:38 C:827	HC:62	P:59 G:47 C:902	HC:80	P:43 G:27 C:869

Todos los días el menú va acompañado de ensalada y fruta. HC: hidratos de carbono; P: proteínas; G: grasas; C: calorías

## marzo 2010

LUNES 1				MARTES 2				MIÉRCOLES 3				JUEVES 4				VIERNES 5			
Crema de judías verdes Albóndigas c/ guarnición				Arroz c/ gambas al romero Jamoncitos de pollo c/ manzana				Patatas c/ puerros Tortilla francesa c/ salchichas y ensalada				Spaghetti al pesto Escalope milanesa c/ patatas				Potaje de vigilia Merluza menier c/ patatas			
Fruta en almíbar HC:59 P:54 G:40 C:831				Fruta HC:86 P:65 G:39 C:956				Yogurt HC:89 P:43 G:22 C:769				Fruta HC:59 P:62 G:48 C:879				Natillas HC:56 P:51 G:39 C:812			
LUNES 8				MARTES 9				MIÉRCOLES 10				JUEVES 11				VIERNES 12			
Espirales c/ tomate Ragut de ternera c/ verduras Fruta HC:93 P:33 G:40 C:876				Crema bretona San Jacobo del chef c/ patatas Yogurt HC:97 P:32 G:42 C:891				Alubias rojas c/ lacón Huevo frito c/ chorizo Fruta HC:106 P:53 G:23 C:837				Menestra de verduras de invierno Guiso de pavo c/ guarnición Flan HC:94 P:48 G:29 C:815				Paella marinera Empanadillas c/ ensalada Zumo de frutas HC:103 P:42 G:30 C:854			
LUNES 15				MARTES 16				MIÉRCOLES 17				JUEVES 18				VIERNES 19			
Guisantes catalana Chuleta de aguja c/ puré duquesa Postre lacteo HC:47 P:53 G:37 C:744				Sopa de cocido Cocido montañés Fruta HC:106 P:53 G:3 C:837				Arroz ibérico Colas de pescado c/ guarnición Fruta HC:103 P:42 G:30 C:854				Verduras murcianas Salchichas c/ patatas chips Fruta HC:47 P:53 G:37 C:749				Pasta salteada c/ atún Tortilla española c/ ensalada Yogurt HC:81 P:32 G:50 C:905			
LUNES 22				MARTES 23				MIÉRCOLES 24				JUEVES 25				VIERNES 26			
Judías verdes a la mayordoma Filete ruso en salsa c/ ensalada Fruta HC:101 P:39 G:52 C:945				Fideguá alicantina Huevo frito c/ pisto Yogurt HC:89 P:37 G:49 C:902				Crema de garbanzos c/ picatoste Pollo asado en su jugo c/ patatas Fruta HC:100 P:50 G:27 C:891				Lentejas c/ arroz Cinta de lomo c/ ensalada Helado HC:61 P:37 G:42 C:849				VACACIONES			
LUNES 29				MARTES 30				MIÉRCOLES 31											
VACACIONES				VACACIONES				VACACIONES											

## abril 2010

								JUEVES 1				VIERNES 2							
								VACACIONES				VACACIONES							
LUNES 5				MARTES 6				MIÉRCOLES 7				JUEVES 8				VIERNES 9			
VACACIONES				Arroz c/ mejillones y verduras Escalope empanado c/ ensalada Natillas HC:53 P:58 G:38 C:784				Judías verdes a la lionesa Tortilla de atún Zumo de fruta HC:110 P:23 G:46 C:768				Lentejas a la riojana Hamburguesa en salsa c/ pat. chips Yogurt HC:47 P:53 G:37 C:744				Tallarines c/ pollo y champiñón Pescadilla c/ crema de verduras Fruta HC:84 P:54 G:20 C:806			
LUNES 12				MARTES 13				MIÉRCOLES 14				JUEVES 15				VIERNES 16			
Ensalada de arroz y bonito Chuleta de cerdo y ensalada Fruta HC:94 P:48 G:26 C:798				Hortalizas de primav. a la cazuela Tortilla española c/ ensalada Postre lacteo HC:93 P:36 G:46 C:961				Coditos a la boloñesa Merluza en salsa verde c/ ens. Fruta HC:84 P:54 G:20 C:806				Puré a la murciana San Jacobo del chef c/ patatas Fruta HC:92 P:39 G:26 C:789				Sopa de cocido Cocido madrileño Yogurt HC:155 P:46 G:19 C:929			
LUNES 19				MARTES 20				MIÉRCOLES 21				JUEVES 22				VIERNES 23			
Espirales a la parisienn Pescado al estilo canario c/ ens. Fruta en almíbar HC:84 P:54 G:20 C:806				Crema de calabaza y zanahoria Ragut de ternera c/ patatas fritas Fruta HC:45 P:49 G:38 C:806				Paella de pescado Huevo frito c/ jamón york Flan HC:82 P:35 G:47 C:889				Judías pintas c/ chorizo Pollo a la cazadora Fruta HC:84 P:48 G:26 C:798				Patatas al ajillo Jamón asado c/ ensalada Yogurt HC:59 P:35 G:50 C:829			
LUNES 26				MARTES 27				MIÉRCOLES 28				JUEVES 29				VIERNES 30			
Menestra de verduras c/ salsa española Albóndigas caseras c/ arroz Helado HC:110 P:36 G:41 C:907				Macarrones al graten Muslitos de pollo al horno c/ puré duquesa Fruta HC:56 P:66 G:35 C:803				Crema de alubias c/ picatostes Costillas de cerdo c/ patatas salvajes Fruta HC:117 P:39 G:45 C:946				Arroz c/ pollo Tortilla de verduras c/ ensalada Yogurt HC:82 P:35 G:47 C:889				Sopa de gallina Croquetas caseras c/ patatas Fruta HC:79 P:31 G:45 C:889			

Todos los días el menú va acompañado de ensalada y fruta. HC: hidratos de carbono; P: proteínas; G: grasas; C: calorías

## mayo 2010

LUNES 3				MARTES 4				MIÉRCOLES 5				JUEVES 6				VIERNES 7			
Arroz abunda				Ensalada campera				Fabada asturiana				Fettuccini c/ salsa blanca				Zanahorias c/ queso al horno			
Filete de merluza colbert c/ ens.				San Jacobo c/ patatas				Huevos gratinados c/ ensalada				Chuleta de pavo c/ patatas				Ternera en salsa c/ arroz			
Fruta				Fruta en almibar				Yogurt				Fruta				Batido			
HC:103	P:42	G:30	C:854	HC:97	P:32	G:42	C:891	HC:106	P:53	G:23	C:837	HC:107	P:37	G:29	C:889	HC:82	P:29	G:56	C:886
LUNES 10				MARTES 11				MIÉRCOLES 12				JUEVES 13				VIERNES 14			
Cazuela de fideos				Paella de pollo				Guisantes c/ jamón				Minestrone				Crema de lentejas y puerro			
Lomo empanado c/ ensalada				Buchones de merluza en salsa				Muslitos ajillo c/ guarnición				Hamburguesa en su jugo c/ patat.				Tortilla española c/ ensalada			
Fruta				Yogurt				Fruta				Helado				Fruta			
HC:78	P:27	G:49	C:829	HC:103	P:42	G:30	C:854	HC:94	P:48	G:26	C:798	HC:95	P:27	G:51	C:803	HC:110	P:71	G:30	C:890
LUNES 17				MARTES 18				MIÉRCOLES 19				JUEVES 20				VIERNES 21			
Judías verdes c/ tomate				Macarrones al gusto del chef				Arroz al horno				Puré de hortalizas				Sopa de cocido			
Albóndigas cazadora c/ guarnición				Pescado orly c/ ensalada				Dados de lomo a la cazuela				Huevo frito c/ bacón				Cocido completo c/ muslito de pollo			
Fruta				Postre lacteo				Zumo de frutas				Yogurt				Fruta			
HC:47	P:43	G:49	C:892	HC:84	P:54	G:20	C:806	HC:53	P:58	G:38	C:784	HC:93	P:36	G:46	C:961	HC:106	P:53	G:23	C:837
LUNES 24				MARTES 25				MIÉRCOLES 26				JUEVES 27				VIERNES 28			
Timbal de pasta c/ huevo				Guiso de patatas c/ chorizo				Ensalada de legumbres c/ jamón				Menestra de primavera				Arroz c/ calabacín			
Pechuga de pollo empanada c/ ens				Fritura andaluza c/ ensalada				Perrito caliente c/ patatas chip				Carne guisada c/ patatas fritas				Tortilla c/ chorizo			
Fruta				Yogurt				Fruta				Natillas				Fruta			
HC:56	P:66	G:35	C:803	HC:62	P:34	G:30	C:776	HC:47	P:53	G:37	C:749	HC:59	P:54	G:40	C:831	HC:108	P:49	G:47	C:920
LUNES 31																			
Fidegüa marinera																			
Salchichas c/ puré al horno																			
Yogurt																			
HC:35	P:64	G:52	C:861																

## junio 2010

				MARTES 1				MIÉRCOLES 2				JUEVES 3				VIERNES 4			
				Menestra de verduras				Alubias blancas c/ pimiento choriz				Sopa de caracolas				Ensalada de arroz			
				Merluza Bellavista				Muslitos de pollo al horno c/ ens.				Tortilla española c/ ensalada				Chuleta bilbaína c/ patatas			
				Fruta en almibar				Fruta				Fruta				Batido			
				HC:103	P:46	G:23	C:760	HC:67	P:42	G:37	C:823	HC:80	P:33	G:55	C:910	HC:56	P:61	G:45	C:813
LUNES 7				MARTES 8				MIÉRCOLES 9				JUEVES 10				VIERNES 11			
Arroz c/ calamares y azafrán				Puré de puerro y calabaza c/ panceta				Cintas c/ verduras				Judías verdes a la castellana				Sopa de cocido			
Tortilla francesa c/ tomate				Contra asada en su jugo c/ pat.				Lenguado en su jugo				Cazuela de pollo a la caucasiana				Cocido manchego			
Fruta				Fruta				Yogurt				Fruta				Helado			
HC:57	P:24	G:53	C:795	HC:112	P:38	G:42	C:907	HC:110	P:51	G:32	C:920	HC:90	P:47	G:29	C:902	HC:115	P:61	G:16	C:844
LUNES 14				MARTES 15				MIÉRCOLES 16				JUEVES 17				VIERNES 18			
Coditos c/ chorizo				Crema de legumbres c/ refrito				Verduras salteadas				Paella valenciana				Patatas y judías verdes a la extremeña			
Pescado a la plancha c/ ensalada				Estofado ibérico				Huevos fritos c/salchichas				Albóndigas c/ verduras y patatas				Chuleta de pavo c/ ensalada			
Postre lacteo				Fruta				Yogurt				Fruta				Zumo de frutas			
HC:110	P:51	G:32	C:920	HC:81	P:32	G:50	C:905	HC:113	P:30	G:42	C:945	HC:56	P:61	G:45	C:813	HC:60	P:52	G:37	C:821
LUNES 21				MARTES 22				MIÉRCOLES 23				JUEVES 24				VIERNES 25			
Guisantes a la lionesa				Arroz tres delicias				Vichyssoise				VACACIONES				VACACIONES			
Hamburguesa especial c/ ens.				San Jacobo c/ patatas chips				Filete de pescado c/ tomate											
Fruta				Natillas				Fruta											
HC:94	P:48	G:26	C:798	HC:56	P:61	G:45	C:813	HC:103	P:46	G:23	C:760								
LUNES 28				MARTES 29				MIÉRCOLES 30											
VACACIONES				VACACIONES				VACACIONES											

Todos los días el menú va acompañado de ensalada y fruta. HC: hidratos de carbono; P: proteínas; G: grasas; C: calorías