

COMIDA	Kcal	Proteinas	Lípidos	H.Carbono
<b>LUNES</b>				
Macarrones a la boloñesa	433,99	13,91	12,69	63,81
Lentejas estofadas	405,34	20,91	5,74	62,62
Pollo al chilindrón	368,07	33,3	22,63	5,06
Merluza a la plancha	125,56	19,04	5,5	0
<b>MARTES</b>				
Coliflor con patata	196,46	6,71	4,57	29,2
Espaguetis con salsa de tomate	378,81	10,37	8,41	63,22
Estofado de ternera	440,48	20	25,77	28,47
Caella a la plancha	125,56	19,04	5,5	0
<b>MIERCOLES</b>				
Garbanzos estofados con verduras	403,64	18,54	8,72	55,037
Arroz con tomate	381,04	6,41	9,49	65,2
Huevos fritos	194,36	13,2	15,71	0
Roti de pavo con verduras	312,15	14,81	19,83	14,59
<b>JUEVES</b>				
Judías verdes con patatas al vapor	198,56	6,87	4,57	28,64
Alubias blancas con verduras	384,72	17,36	6,53	53,26
Fogonero en salsa de limón	207,06	15,65	5,38	23,85
Filete ruso	313,76	30,68	15,86	8,5
<b>VIERNES</b>				
<b>MÓDULOS 2022</b>				
<b>SABADO</b>				
Garbanzos estofados con verduras	379,51	17,34	8,42	51,44
Tallarines napolitana con queso	499,17	17,03	18,25	65,09
Limanda a la casera	133,23	19,51	5,56	1,17
Pollo a l'ast	399,82	40,57	23,73	4,3
<b>DOMINGO</b>				
Acelgas con patata y bacon	225,16	7,81	8,7	23,76
Paella de verduras	377,84	8,77	5,59	72,78
Halibut a la romana	228,62	22,47	11,83	8
Magro de cerdo en salsa de tomate	463,79	25,87	37,5	3,23

CENA	Kcal	Proteinas	Lípidos	H.Carbono
<b>02/05/2022</b>				
Espinacas al graten	163,73	11,79	5,99	9,15
Sopa de fideos	161,64	5,21	0,8	32,28
Alitas de pollo a la jamaicana	311,08	28,77	17,38	8,07
Tortilla de patata y calabacín	250,2	7,2	14,4	19,8
<b>03/05/2022</b>				
Hojaldre de pollo y cebolla	337,8	5,2	17,87	37,95
Coditos al queso	472,96	19,01	14,27	65,53
Fogonero con salsa de limón	207,06	15,65	5,38	23,85
Pollo empanado	434,12	27	27,04	20,25
<b>04/05/2022</b>				
Crema de calabaza	268,97	6,53	5,85	42,59
Tallarines en salsa funghi	419,91	14,64	8,98	68,22
Filete de merluza a la plancha	125,56	19,04	5,5	0
Lomo adobado con verduras	483,08	22,63	40,9	4,46
<b>05/05/2022</b>				
Sopa de ave con pasta y picadillo	211,14	9,74	2,78	35,52
Crema de zanahoria	219,92	5,34	5,63	34,09
Salchichas encebolladas	315,14	22,49	22,62	4,15
Atún con tomate	383,82	18,91	28,92	10,06
<b>06/05/2022</b>				
Lazos con verduras	391,8	11,83	5,83	69,69
Crema de verduras	192,42	6,78	5,88	26,67
Revuelto de champiñones con jamón	290,85	21,04	17,45	11,49
Pechuga de pavo a la plancha	258,23	26,67	16,93	0
<b>07/05/2022</b>				
PICNIC				
<b>08/05/2022</b>				
Ensalada de pasta con atún	461,33	12,72	15,74	64,72
Repollo con patata y pimentón	142,51	4,61	4,39	19,21
Pizzas variadas	376,2	16,92	13,68	44,64
Calamares a la plancha	121,3	17,28	5,33	1,01