






MAY 2022																							
MONDAY 2				TUESDAY 3				WEDNESDAY 4				THURSDAY 5				FRIDAY 6							
Carrot cream Spanish omelette and corn salad				White beans salad Beef meatballs with vegetables (1.3.)				Rice with tomato (1) Pomfret with carrot salad				Noodles soup (1.7) Chickpeas, vegetables and meat (7)				Pasta salad (1.3.4) Kinglip in sauce with rice							
Crema de zanahoria Tortilla española(1h) y ensalada de maiz (3)				Ensalada de alubias (3.4) Albóndigas de ternera a la jardinera (1.3)				Arroz con tomate Palometa en salsa con ensalada de zanahoria				Sopa de fideos (1.7) Picado completo (gar.pat,zan,jud,rep,ter) (7)				Ensalada de pasta (1.3.4) Rosada en salsa con arroz(4)							
Fruta				Fruta				Fruta				Fruta				Fruta							
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP				
598	19,4	57,6	48,5	762	34,9	44,8	71,7	584	21,2	59	40,5	668	41,2	34	35	706	40,8	42,3	44				
MONDAY 9				TUESDAY 10				WEDNESDAY 11				THURSDAY 12				FRIDAY 13							
Bolognese spaguetti (1.3) Chicken hamburger with betroot salad				Noodles soup (1.7) Chickpeas, vegetables and meat (7)				Paella with vegetables Pork loin with carrot salad				White beans (7) French omelette with carrot salad				Courgette cream Breaded squid with corn salad							
Espaguetis a la boloñesa(ternera picada)(1) Burguesa de pollo con ensalada de remolacha				Sopa de fideos (1.7) Picado completo (gar.pat,zan,jud,rep,ter) (7)				Paella de verduras Cinta de lomo con ensalada de zanahorias (7)				Judías blancas a la riojana(pat,zan,cho) (7) Tortilla francesa(1h)y ensalada de zanahoria				Crema de calabacín Calamares con ensalada de maiz(1.4.6)							
Fruta				Fruta				Fruta				Fruta				Fruta							
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP				
629	30,6	51,5	31,6	668	41,2	34	35	658	27,2	63,3	41	681	43,4	39,8	38,7	663	28,4	31,9	72,8				
MONDAY 16				TUESDAY 17				WEDNESDAY 18				THURSDAY 19				FRIDAY 20							
Rice with tomato (1) Tuna pasties with corn salad				Peas with tomatoe sauce Carcamusas with natural potatoes				Green beans with tomato (1) Mall eggs with carrot salad				Noodles soup (1.7) Chickpeas, vegetables and meat (7)				Russian salad (1.3.4) Kinglip with betroot salad							
Arroz con tomate Panadillas de atun con ensalada de maiz (1,4)				Guisantes rehogados Carcamusas con patatas naturales				Judías verdes rehogadas Bovos Moll (1h) con ensalada de zanahorias (1)				Sopa de fideos (1.7) Picado completo (gar.pat,zan,jud,rep,ter) (7)				Ensaladilla rusa (1.3.4.7) Rosada en salsa con ensalada de remolacha(4)							
Fruta				Fruta				Fruta				Fruta				Fruta							
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP				
670	35,2	71	23,5	619	33,4	42,3	32	658	49	55	30	668	41,2	34	35	632	34,8	38	43,5				
MONDAY 23				TUESDAY 24				WEDNESDAY 25				THURSDAY 26				FRIDAY 27							
Lentils (7) Spanish omelette and corn salad				Bolognese spaguetti (1.3) Sole in sauce with betroot salad				Green beans with tomato (1) Roasted chicken and potatoes				Chickpeas salad Ham scallop with rice				Carrot cream Pomfret in sauce with corn salad							
Lentejas castellanas (pat,zan,cho) (7) Tortilla española(1h) y ensalada de maiz (3)				Espaguetis a la boloñesa(ternera picada)(1) Guadina en salsa con ensalada de remolacha				Judías verdes rehogadas Pollo asado con patatas naturales				Ensalada de garbanzos(3.4) Escalope de jamón con arroz (1.7)				Crema de zanahoria Palometa en salsa con ensalada de maiz (4)							
Fruta				Fruta				Fruta				Fruta				Fruta							
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP				
665	20,4	71,6	53,5	556	20,8	53,1	40,1	625	40	37	34	754	38,5	60	46	710	23	77	49				
MONDAY 30																							
Pasta shells with tomato Kinglip with carrot salad																							
Caracolas con tomate (1) Rosada en salsa con ensalada de zanahorias(4)																							
KCAL	PROT	CARBH	LIP																				
706	40,8	42,3	44																				

Todos los menus estan elaborados con aceite de oliva virgen extra y sal yodada. Se sirve pan y agua, todos los dias. La elaboracion de los primeros platos es cocida y de los segundos es en hornos de conveccion.

