

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

**01**

RANCHO CANARIO / CANARIAN STEW  
ESCALOPE DE CERDO EMPANADO / PORK  
FILET IN BREADCRUMBS  
ENSALADA MEDITERRANEA / MEDITERRANEAN  
SALAD  
FRUTA / FRUIT  
665,5KCAL - PROT:38,0G - LIP:24,3G -  
HC:68,8G AGS:2,8G - AZÚCARES:20,7G - SAL:1,8G

**02**

CREMA DE PUERRO, COL Y ZANAHORIA / CREAM  
OF LEEK, CABBAGE & CARROT  
ALBÓNDIGAS CON TOMATE / MEATBALL IN  
TOMATO SAUCE  
ARROZ BLANCO / BOILED RICE  
DULCES / CAKE  
657,2KCAL - PROT:27,6G - LIP:27,4G - HC:71,5G  
AGS:6,8G - AZÚCARES:9,6G - SAL:3,1G

**03**

SOPA DE PESCADO / FISH SOUP  
ESTOFADO DE POLLO CON PAPAS / CHICKEN  
STEW WITH POTATOES  
FRUTA / FRUIT  
437,4KCAL - PROT:35,9G - LIP:10,4G -  
HC:48,6G AGS:1,8G - AZÚCARES:7,2G  
- SAL:1,3G

**04**

FABADA / BEAN STEW  
INF: CREMA DE JUDÍAS / CREAM OF BEAN  
SOUP  
FOGONERO EN SALSA DE CHAMPIÑONES /  
WHITE FISH IN MUSHROOM SAUCE  
PAPAS AL VAPOR / STEAMED POTATOES  
FRUTA / FRUIT  
535,6KCAL - PROT:30,8G - LIP:11,6G -  
HC:66,9G AGS:1,5G - AZÚCARES:16,6G - SAL:1,6G

**05**

CREMA DE CALABAZA / CREAM OF PUMPKIN  
CROQUETAS DE JAMÓN / HAM CROQUETTES  
TOMATES ALIÑADOS / SLICED TOMATOES IN  
GARLIC & OIL  
HELADO/ICE CREAM  
567,8KCAL - PROT:16,0G - LIP:22,0G -  
HC:73,1G AGS:5,2G - AZÚCARES:35,1G - SL:4,1G

**08**

CREMA DE ZANAHORIAS / CREAM OF CARROT  
SOUP  
HAMBURGUESAS / BURGERS  
ARROZ BLANCO CON KETCHUP / BOILED RICE  
WITH KETCHUP  
FRUTA / FRUIT  
427,0KCAL - PROT:25,4G - LIP:15,9G -  
HC:44,0G AGS:3,1G - AZÚCARES:10,0G - SAL:1,5G

**09**

LENTEJAS COMPUESTAS / LENTIL STEW  
INF: PURÉ DE LENTEJAS / CREAM OF LENTIL  
SOUP  
PALOMETA EN ADOBO / MARINATED BEEF  
PISTO DE VERDURAS / STIR FRIED VEGETABLES  
GELATINA CASERA / HOMEMADE JELLY  
737,7KCAL - PROT:28,2G - LIP:22,1G - HC:101,9G  
AGS:5,5G - AZÚCARES:30,9G - SAL:1,4G

**10**

SOPA MARAVILLA / SOUP  
LOMO EN SALSA AGRIDULCE CON PIÑA / LOIN IN  
SWEET & SOUR SAUCE  
PAPAS AL VAPOR / STEAMED POTATOES  
FRUTA / FRUIT  
649,4KCAL - PROT:40,6G - LIP:22,0G -  
HC:65,5G AGS:4,9G - AZÚCARES:21,7G  
- SAL:1,7G

**11**

CREMA DE ACELGAS / CHARD CREAM  
CORDON BLUE / CORDON BLUE  
ENSALADA CAPRESSE / CAPRESSE SALAD  
FRUTA / FRUIT  
**780,9KCAL - PROT:44,1G - LIP:34,0G - HC:71,0G  
AGS:2,7G - AZÚCARES:20,6G - SAL:1,5G**

**12**

FESTIVO  
FIESTA NACIONAL DE ESPAÑA

**15**

CREMA DE CALABACÍN / COURGETE SOUP  
FILETE RUSO CON KETCHUP/BATTERED BEEF  
STEAKS WITH KETCHUP  
ENSALADA AMERICANA / AMERICAN SALAD  
FRUTA / FRUIT  
628,8KCAL - PROT:25,0G - LIP:24,1G -  
HC:68,5G AGS:3,3G - AZÚCARES:24,1G  
- SAL:3,3G

**16**

SOPA DE FIDEOS CON HIERBAHUERTO / PASTA  
SOUP  
MAGRO DE CERDO EN SALMOREJO/PORK IN  
GARLIC SAUCE  
PAPAS PANADERAS / SLICED ROAST POTATOES  
YOGURT / YOGHURT  
575,8KCAL - PROT:42,8G - LIP:21,6G - HC:50,8G  
AGS:4,9G - AZÚCARES:4,8G - SAL:1,5G

**17**

POTAJE DE BERROS / CREAM OF  
WATERCRESS SOUP  
POLLO AL CHILINDRÓN / CHICKEN IN  
TOMATOE SAUCE  
ARROZ BLANCO / BOILED RICE  
FRUTA / FRUIT  
480,5KCAL - PROT:34,0G - LIP:12,7G - HC:52,8G  
AGS:2,2G - AZÚCARES:13,1G - SAL:1,6G

**18**

MACARRONES BOLOÑESA / MACARONI  
BOLOGNESE  
ABADEJO A LA VIZCAINA / WHITE FISH IN  
ONION & SWEET PEPPER SAUCE  
VERDURAS AL AJILLO / GARLIC VEGETABLES  
FRUTA / FRUIT  
560,7KCAL - PROT:28,9G - LIP:16,4G - HC:70,6G  
AGS:3,0G - AZÚCARES:21,2G - SAL:1,9G

**19**

CREMA DE PUERROS / CREAM OF LEEK SOUP  
JAMONCITOS REBOZADOS / BATTERED  
CHICKEN LEGS  
TOMATES ALIÑADOS / SLICED TOMATOES IN  
GARLIC & OIL  
NATILLAS/ CUSTARD  
631,6KCAL - PROT:28,5G - LIP:28,4G - HC:62,4G  
AGS:6,3G - AZÚCARES:30,0G - SAL:2,1G

**22**

CREMA DE ZANAHORIA / CARROT SOUP  
DORADO EN SALSA VERDE / WHITE FISH IN  
GREEN SAUCE  
PAPAS AL VAPOR / STEAMED POTATOES  
FRUTA / FRUIT  
653,9KCAL - PROT:21,5G - LIP:12,9G - HC:105,0G  
AGS:2,5G - AZÚCARES:23,9G - SAL:1,5G

**23**

RANCHO CANARIO / CANARIAN STEW  
TORTILLA PAISANA / SPANISH OMELETTE  
WITH VEGETABLES  
SALSA DE TOMATE CASERA / HOMEMADE  
TOMATO SAUCE  
YOGURT / YOGHURT  
634,6KCAL - PROT:41,5G - LIP:23,3G - HC:61,6G  
AGS:7,4G - AZÚCARES:31,0G - SAL:1,7G

**24**

SOPA DE FIDEOS / PASTA SOUP  
LOMO EN SALSA DE MANZANA / PORK LOIN  
IN APPLE SAUCE  
VERDURAS AL VAPOR / STEAMED  
VEGETABLES  
FRUTA / FRUIT  
499,7KCAL - PROT:18,3G - LIP:22,9G - HC:51,5G  
AGS:4,4G - AZÚCARES:22,5G - SAL:1,7G

**25**

POTAJE DE ESPINACAS / CREAM OF SPINACH  
SOUP  
PECHUGA DE POLLO EMPANADA / CHICKEN  
BREAST IN BREADCRUMBS  
ENSALADA VERDE / GREEN SALAD  
DULCES / CAKE  
680,7KCAL - PROT:30,6G - LIP:33,8G - HC:58,3G  
AGS:6,3G - AZÚCARES:5,4G - SAL:2,5G

**26**

PURE DE VERDURAS / CREAM OF VEGETABLE  
SOUP  
PIZZA MARGARITA / MARGARITA PIZZA  
PIÑA EN SU JUGO/ PINEAPPLE IN ITS JUICE  
,3G - HC:92,8G AGS:6,6G - AZÚCARES:27,3G -  
SAL:2,8G

**29**

PURÉ DE CALABACÍN / COURGETE SOUP  
SAN JACOBOS / CHEESE AND HAM IN  
BREADCRUMBS  
ENSALADA MIXTA / MIXED SALAD  
FRUTA / FRUIT  
643,6KCAL - PROT:16,8G - LIP:27,1G -  
HC:76,9G AGS:4,2G - AZÚCARES:21,1G  
- SAL:2,1G

**30**

CREMA DE PUERRO, COL Y ZANAHORIA / CREAM  
OF LEEK, CABBAGE & CARROT  
PAVO A LA JARDINERA / TURKEY WITH  
VEGETABLES  
YOGURT / YOGHURT  
493,8KCAL - PROT:38,6G - LIP:14,3G - HC:49,8G  
AGS:4,4G - AZÚCARES:28,0G - SAL:1,6G

**31**

ARROZ A LA MARINERA / RICE WITH SEAFOOD  
CAPRICHOS DE CALAMAR / BATTERED SQUIDS  
PAPAS AL VAPOR Y MAHONESA / STEAMED  
POTATOES WITH MAYONAISE  
FRUTA / FRUIT  
583,5KCAL - PROT:25,5G - LIP:21,3G -  
HC:71,3G AGS:4,1G - AZÚCARES:9,5G  
- SAL:1,8G