



uztaila 2021

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



05

ESPINACAS CON PATATAS
COSTILLA ASADA ESTILO BARBACOA
YOGUR
KCal. 1138 H.C. 78 Lip. 67 P. 56

06

ENSALADA ILUSTRADA
ALBONDIGAS EN SALSA CON
GUISANTES
FRUTA
KCal. 951 H.C. 71 Lip. 56 P. 40

07

PATATAS EN SALSA VERDE
CHULETA DE CERDO EMPANADA CON
PIMIENTOS ROJOS
NATILLA DE CAFE CASERA
KCal. 1205 H.C. 133 Lip. 55 P. 48

01

MACEDONIA DE VERDURAS
CARRILLERAS DE TERNERA CON
VERDURITAS
YOGUR
KCal. 1039 H.C. 96 Lip. 39 P. 78

02

ESPIRALES CON SALSA DE QUESO
ENSALADA JULIANA
FRUTA
KCal. 1207 H.C. 157 Lip. 50 P. 37

12

GUISANTES A LA FRANCESA
BACALAO CON TOMATE
FRUTA
KCal. 950 H.C. 105 Lip. 38 P. 54

13

LENTEJAS A LA CASTELLANA
SALCHICHAS DE LA ABUELA
YOGUR
KCal. 1393 H.C. 117 Lip. 80 P. 63

14

ESPIRALES CON TOMATE
LOMO ADOBADO EMPANADO CON
PIPIRADA
FRUTA
KCal. 1311 H.C. 164 Lip. 52 P. 58

15

GARBANZOS CON CALABAZA Y BERENJENA
FILETE DE YORK REBOZADO CON PURE
DE PATATA
MANZANA ASADA
KCal. 1165 H.C. 139 Lip. 44 P. 62

16

ENSALADA DE CHATKA
CARRILLERAS DE TERNERA CON
VERDURITAS
YOGUR
KCal. 1075 H.C. 79 Lip. 51 P. 77

19

POTAJE DE SOJA VERDE
TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN
MAHONESA
YOGUR
KCal. 1017 H.C. 88 Lip. 54 P. 51

20

PURE DE PATATAS CON PUERROS
SALCHICHAS DE LA ABUELA
FRUTA
KCal. 1317 H.C. 108 Lip. 84 P. 44

21

BROCOLI CON REFRITO
CANELONES DE CARNE
NATILLA CASERA
KCal. 1030 H.C. 120 Lip. 46 P. 40

22

ARROZ CON TOMATE
POLLO AL CHILINDRON
FRUTA
KCal. 1078 H.C. 179 Lip. 25 P. 45

23

ENSALADA CAPRESSE
PIMIENTOS RELLENOS DE CARNE
TARTA SAN MARCOS
KCal. 975 H.C. 99 Lip. 51 P. 32

26

GARBANZOS
MUSLO DE POLLO ASADO CON
CHAMPIÑONES
YOGUR
KCal. 890 H.C. 110 Lip. 29 P. 54

27

PAELLA MIXTA
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON GUISANTES
FRUTA
KCal. 998 H.C. 135 Lip. 33 P. 49

28

PURE DE CALABACIN
FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA
CON VERDURITAS
YOGUR
KCal. 1107 H.C. 108 Lip. 57 P. 44

29

fiesta

30

fiesta

proyecto educativo

CLICK-a
AQUI

recomendaciones nutricionales

CLICK-a
AQUI

Massana impulsa

CLICK-a
AQUI



adultos

