



1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3
SCHOOL HOLIDAYS	OFFICIAL HOLIDAYS	OFFICIAL HOLIDAYS

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY							
6	7	8	9	10							
SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS	SCHOOL HOLIDAYS							
kcal	Líp	Prot	HdC	kcal	Líp	Prot	HdC	kcal	Líp	Prot	HdC
13	14	15	16	17 - AMERICAN FRIDAY							
Arroz integral con salsa casera de tomate	Puré de calabacín y puerros c/croutons (1,12)	Patatas a la riojana (12)	Sopa de cocido (1,3,6,10)	Mac and Cheese (1,3,6,7,10)							
Brown rice and home made tomato sauce	Creamy of zucchini and leeks soup	"Rioja" style potatoes casserole	"Cocido" soup	Mac and Cheese							
Sepia rebozada (horno) con brócoli salteado (1,2,3,4,6,7,10,14)	Magro de cerdo en salsa de tomate con patatitas	Tortilla francesa de atún claro con tomate asado al orégano (3,4)	Complemento del cocido (garbanzos ecológicos)	Hamburguesa de ternera encebollada con patatitas dado (6,7,12)							
Breaded cuttlefish and sautéed broccoli	Pork meat in sauce with diced potatoes	Tuna omelette with roasted tomato	Assortment "cocido"	Hamburger with Onion & diced potatoes							
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur natural S/A (7) / Natural Yogurts							
kcal 721 Líp 11,9 Prot 12,7 HdC 141	kcal 722 Líp 34,7 Prot 29,0 HdC 74	kcal 712 Líp 34,5 Prot 24,0 HdC 76	kcal 656 Líp 21,9 Prot 22,1 HdC 93	kcal 781 Líp 30,1 Prot 44,7 HdC 83							
20	21 - SUSTAINABLE DAY	22	23	24 - ANDALUSIAN FRIDAY							
Judías verdes rehogadas	Garbanzos estofados con vegetales	Crema de verduras de temporada (12)	Arroz Tres Delicias (guisantes, zanahoria, tortilla) (3)	Salmorejo con huevo duro (1,3,12)							
Sautéed green beans	Chick peas soup and vegetables	Vegetables cream soup	Special fried rice	Classic Andalusian "salmorejo" with egg							
Lomo de cerdo fresco en salsa de verduras con arroz integral salteado	Tortilla española de patata y cebolla c/ens.lechuga, tomate y zanahoria (3,12)	Pollo asado a la manzana con cous cous (1,6,10)	Salmón con pisto casero (tomate, pimientos, cebolla, calabacín, berenjena) (4)	Flamenquines con papas aliñás (1,2,3,4,6,7,12,14)							
Fresh pork loin with vegetable sauce and brown rice	Spanish potato and onion omelette and salad	Roasted chicken with apple sauce & cous cous	Salmon on pisto bed	"Flamenquines" breaded pork rolls & seasoned potatoes							
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Yogur natural S/A (7) / Natural Yogurts							
kcal 624 Líp 24,8 Prot 31,1 HdC 69	kcal 722 Líp 24,9 Prot 23,4 HdC 101	kcal 687 Líp 21,2 Prot 36,1 HdC 88	kcal 707 Líp 23,8 Prot 30,7 HdC 93	kcal 739 Líp 27,4 Prot 39,7 HdC 83							
27	28	29	30								
Lentejas estofadas con vegetales y chorizo	Puré de verduras naturales	Arroz blanco con salsa casera de tomate	Coditos con tomate y atún claro (1,3,4,6,10)								
Lentils soup and "chorizo"	Creamy of vegetables soup	Rice with home made tomato sauce	Pasta with tomato sauce and tuna								
Fil. Merluza a la andaluza casera c/ens. Mediterránea (1,4,6,10)	Pollo asado con patatas a las finas hierbas (12)	Huevos revueltos con queso y ensalada variada (lechuga, tomate, zanahoria rallada) (3,7)	Cinta de lomo con ensalada variada (lechuga, zanahoria rallada, maíz, pepino)								
Home made breaded hake fillet and salad	Roasted chicken and herby potatoes	Scrambled eggs and cheese with salad	Grilled pork loin and mixed salad								
Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit	Fruta de temporada / Seasonal fruit								
kcal 709 Líp 19,3 Prot 45,8 HdC 88	kcal 642 Líp 22,9 Prot 32,9 HdC 76	kcal 735 Líp 22,4 Prot 19,6 HdC 114	kcal 650 Líp 29,0 Prot 58,7 HdC 39								