

	Sept			Oct		Nov		Dic		Ene		Feb		Mar		Abr		May		Jun		
Sábado																						
Domingo				1												1	d					
Lunes				2	l					1	l					2	l					
Martes				3	m					2	m					3	m					
Miércoles				4	x		1	x		3	x					4	x					
Jueves				5	j		2	j		4	j					5	j					
Viernes		1	v	6	v		3	v		5	v					6	v				1	v
Sábado	2	s		7			4	s		6	s					7	s				2	s
Domingo	3	d		8			5	d		7	d					8	d				3	d
Lunes	4	l		9	l		6	l		8	l					9	l				4	l
Martes	5	m		10	m		7	m		9	m					10	m				5	m
Miércoles	6	x		11	x		8	x		10	x					11	x				6	x
Jueves	7	j		12	j		9	j		11	j					12	j				7	j
Viernes	8	v		13	v		10	v		12	v					13	v				8	v
Sábado	9	s		14			11	s		13	s					14	s				9	s
Domingo	10	d		15			12	d		14	d					15	d				10	d
Lunes	11	l		16	l		13	l		15	l					16	l				11	l
Martes	12	m		17	m		14	m		16	m					17	m				12	m
Miércoles	13	x		18	x		15	x		17	x					18	x				13	x
Jueves	14	j		19	j		16	j		18	j					19	j				14	j
Viernes	15	v		20	v		17	v		19	v					20	v				15	v
Sábado	16	s		21			18	s		20	s					21	s				16	s
Domingo	17	d		22			19	d		21	d					22	d				17	d
Lunes	18	l		23	l		20	l		22	l					23	l				18	l
Martes	19	m		24	m		21	m		23	m					24	m				19	m
Miércoles	20	x		25	x		22	x		24	x					25	x				20	x
Jueves	21	j		26	j		23	j		25	j					26	j				21	j
Viernes	22	v		27	v		24	v		26	v					27	v				22	v
Sábado	23	s		28			25	s		27	s					28	s				23	s
Domingo	24	d		29			26	d		28	d					29	d				24	d
Lunes	25	l		30	l		27	l		29	l					30	l				25	l
Martes	26	m		31	m		28	m		30	m										26	m
Miércoles	27	x					29	x		31	x										27	x
Jueves	28	j					30	j													28	j
Viernes	29	v																			29	v
Sábado	30	s																			30	s
Domingo																						

Días no lectivos	Festivos y vacaciones	No hay comedor
------------------	-----------------------	----------------

1 SEMANA LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA DE VERANO ARROZ A LA CUBANA CON HUEVO Y SALCHICHA FRUTA Y LECHE PAN BLANCO	ENSALADA MIXTA LENTEJAS CON VERDURAS POLLO AL AJILLO FRUTA CON CHOCOLATE PAN INTEGRAL	ENSALADA DE LA HUERTA PASTA BOLOÑESA CON YORK YOGURT PAN BLANCO	CREMA DE ALUBIAS Y CALABAZA POLLO ASADO CON MANZANAS FRUTA Y LECHE PAN INTEGRAL	SOPA DE POLLO MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA YOGURT PAN BLANCO
Kcal 692,5/ 27 g P / 23,5 g L / 93 g HC	718 Kcal / 27 g P / 26 g L / 89 g HC	769 Kcal / 30 g P / 26 g L / 96 g HC	710 Kcal / 27 g P / 25 g L / 87 g HC	672 Kcal / 23 g P / 25 g L / 85 g HC
Alérgenos: 2, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 2, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 1, 3, 7	Alérgenos: 7	Alérgenos: 2, 4, 7, 14
2 SEMANA LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA PRIMAVERA PASTA CON ATÚN QUESO LONCHEADO FRUTA Y LECHE PAN BLANCO	ENSALADA MARINERA CON CABALLA ALUBIAS CON ARROZ Y VERDURA YOGURT PAN INTEGRAL	ENSALADA MIXTA ALBONDIGAS A LA JARDINERA CON PATATAS ASADAS FRUTA Y LECHE PAN BLANCO	ENSALADA FRESCA MARMITAKO DE ATÚN JAMÓN DE PAVO YOGURT PAN INTEGRAL	ENSALADA DE TIEMPO COCIDO COMPLETO Y SOPA FRUTA Y LECHE PAN BLANCO
722,8 Kcal / 29 g P / 26 g L / 93,2 g HC	696 Kcal / 29,7 g P / 22,3 g L / 94,2 g HC	735 Kcal / 22,3 g P / 24,6 g L / 106,1 g HC	692,2 Kcal / 23,9 g P / 23 g L / 97,4 g HC	697 Kcal / 24 g P / 26 g L / 87 g HC
Alérgenos: 1, 2, 3, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 2, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 1, 2, 3, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 2, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 1, 3, 7, 9
3 SEMANA LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA DE JAMÓN YORK LENTEJAS CON CHORIZO NARANJA CON CANELA PAN BLANCO	ENSALADA DE LA HUERTA GUIZO DE ALETRÍA CON BACALAO QUESITOS YOGURT PAN INTEGRAL	ENSALADA DE POLLO VERANIEGA ARROZ A LA CUBANA CON SALCHICHAS TORTILLA FRUTA Y LECHE PAN BLANCO	ENSALADA MURCIANA ASADO DE POLLO CON PURE DE PATATAS YOGURT PAN INTEGRAL	ENSALADA DE PASTA SOPA Y LOMO CON TOMATE Y PATATAS PANADERA FRUTA Y LECHE PAN BLANCO
676,8 Kcal / 28,2 g P / 20 g L / 96 g HC	668 Kcal / 29 g P / 23 g L / 80 g HC	745 Kcal / 22,9 g P / 29,8 g L / 96,3 g HC	718 Kcal / 32,8 g P / 17,8 g L / 106 g HC	697 Kcal / 24 g P / 26 g L / 87 g HC
Alérgenos: 7	Alérgenos: 1, 2, 3, 4, 7, 14	Alérgenos: 3, 7	Alérgenos: 2, 3, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 1, 3, 7
4 SEMANA LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA TOSCANA ESTOFADO DE TERNERA QUESO EN LONCHAS YOGURT PAN BLANCO	ENSALADA TROPICAL GUIZO DE PESCADO JAMÓN DE PAVO FRUTA Y LECHE PAN INTEGRAL	ENSALADA COMPLETA LENTEJAS CON COSTILLEJAS ARROZ CON LECHE PAN BLANCO	ENSALADA MURCIANA ARROZ Y CONEJO YOGURT PAN INTEGRAL	ENSALADA DE YORK Y QUESO MACARRONES BOLONESA FRUTA Y LECHE PAN BLANCO
748,6 Kcal / 34,2 g P / 25 g L / 96,7 g HC	703 Kcal / 29,7 g P / 22 g L / 96,7 g HC	695,8 Kcal / 25,2 g P / 23 g L / 97 g HC	602 Kcal / 23 g P / 24 g L / 70,4 g HC	714 Kcal / 27 g P / 25 g L / 88 g HC
Alérgenos: 7, 12	Alérgenos: 2, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 2, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 2, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 1, 3, 7
5 SEMANA LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA CÉSAR PASTA CON VERDURAS Y ATÚN TORTILLA DE PATATAS FRUTA PAN BLANCO	ENSALADA CAMPESINA ALUBIAS ESTOFADAS FRUTA CON YOGURT PAN INTEGRAL	ENSALADA GOURMET FIDEUÁ DE PESCADO FRUTA Y LECHE PAN BLANCO	ENSALADA DE TEMPORADA ARROZ CON COSTILLAEJAS Y MAGRA YOGURT PAN INTEGRAL	ENSALADA CAPRICHOSA COCIDO COMPLETO CON ALBONDIGAS FRUTA Y LECHE PAN BLANCO
728 Kcal / 26 g P / 24 g L / 102 g HC	666 Kcal / 29 g P / 18 g L / 97 g HC	626 Kcal / 22 g P / 22 g L / 85 g HC	761 Kcal / 29 g P / 26 g L / 95 g HC	747 Kcal / 24 g P / 28,4 g L / 99 g HC
Alérgenos: 1, 2, 3, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 1, 3, 7	Alérgenos 1, 2, 3, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 7	Alérgenos: 1, 3, 5, 7, 8, 9
6 SEMANA LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PURÉ DE VERDUTAS HAMBURGUESA CON PATATAS PANADERAS YOGURT PAN BLANCO	ENSALADA DE YORK LENTEJAS ESTOFADAS FRUTA Y LECHE PAN INTEGRAL	ENSALADA MEDITERRÁNEA ARROZ CON POLLO TARRINA HELADO PAN BLANCO	ENSALADA QUESO PASTA CON SALMÓN FRUTA Y LECHE PAN INTEGRAL	ENSALADA MURCIANA POLLO CON PATATAS YOGURT PAN BLANCO
695,7 Kcal / 26 g P / 25,3 g L / 91 g HC	771 Kcal / 32,8 g P / 17,8 g L / 106,9 g HC	749 Kcal / 28,7 g P / 21,3 g L / 88,7 g HC	711 Kcal / 22,6 g P / 23,4 g L / 93,1 g HC	726,4 Kcal / 25,1 g P / 22 g L / 107 g HC
Alérgenos: 1, 3, 7, 9	Alérgenos: 7	Alérgenos: 3, 7	Alérgenos: 1, 2, 3, 4, 7, 12, 14	Alérgenos: 2, 3, 4, 7, 12, 14