

**LUNES 6**

Judías Verdes Rehogadas  
Canelones Gratinados  
Ens de Lechuga y Maiz  
P Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
470 Kcal. 16,5% Prot. 39,6% H.C. 43,9% Lip.  
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

**LUNES 13**

Arroz con Tomate  
Salchichas al Vapor  
Ens de Lechuga y Zanah  
P Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
582 Kcal. 11,9% Prot. 48,2% H.C. 39,6% Lip.  
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Sopa y Pescado

**LUNES 20**

FESTIVO

**LUNES 27**

Crema Dubarry  
Albóndigas a la Cazuela  
Patatas Dado  
P Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
461 Kcal. 13,5% Prot. 46,9% H.C. 38,4% Lip.  
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Sopa y Huevo

**MARTES 7**

Patatas Guisadas  
Merluza a la Andaluza  
Verduritas Dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
602 Kcal. 16,9% Prot. 44,4% H.C. 38,7% Lip.  
MERIENDA: Galletas y Leche

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pavo

**MARTES 14**

Sopa de Lluvia  
Pollo Asado  
Ens de Lechuga y Cebolla  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
484 Kcal. 16,5% Prot. 41,4% H.C. 41,4% Lip.  
MERIENDA: Galletas y Leche

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Huevo

**MARTES 21**

Crema de Calabaza  
Filete Ruso  
Patatas Fritas  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
547 Kcal. 18% Prot. 42,3% H.C. 39,5% Lip.  
MERIENDA: Galletas y Leche

SUGERENCIA DE CENA:  
Sopa y Pescado

**MARTES 28**

Coditos a la Boloñesa  
Revuelto de Jamón  
Ens de Lechuga y Cebolla  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
641 Kcal. 14,4% Prot. 45,3% H.C. 39,9% Lip.  
MERIENDA: Galletas y Leche

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Lomo

**MIÉRCOLES 1**

Lentejas a la Madrileña  
Hamburguesa a la Plancha  
Ens de Lechuga y Tomate  
Yogur o Fruta, Pan y Agua  
447 Kcal. 24,6% Prot. 41,6% H.C. 33,5% Lip.  
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

**MIÉRCOLES 8**

Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Yogur o Fruta, Pan y Agua  
496 Kcal. 19,4% Prot. 47,3% H.C. 33,2% Lip.  
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Huevo

**MIÉRCOLES 15**

Judías Blancas Guisadas  
Tortilla de Patata  
Ensalada Verde  
Yogur o Fruta, Pan y Agua  
594 Kcal. 14,7% Prot. 30,6% H.C. 54,3% Lip.  
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pavo

**MIÉRCOLES 22**

Macarrones Amatriciana  
Abadejo a la Vizcaína  
Verduritas Dado  
Yogur o Fruta, Pan y Agua  
591 Kcal. 18,5% Prot. 45,3% H.C. 36,1% Lip.  
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Ternera

**MIÉRCOLES 29**

Patatas Estofadas  
Escalope de Pollo  
Ens de Lechuga y Zanah  
Yogur o Fruta, Pan y Agua  
547 Kcal. 11,7% Prot. 38,5% H.C. 49,4% Lip.  
MERIENDA: Fruta y Sandwich Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

**JUEVES 2**

Crema de Calabacín  
Pollo al Chilindrón  
Patatas Dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
489 Kcal. 11,4% Prot. 42,3% H.C. 45,6% Lip.  
MERIENDA: Bocadillo Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Sopa y Huevo

**JUEVES 9**

Arroz con Chorizo  
Merluza a la Plancha  
Zanahoria Baby  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
523 Kcal. 19,2% Prot. 50,3% H.C. 30,4% Lip.  
MERIENDA: Bocadillo Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Lomo

**JUEVES 16**

Crema de Acelgas  
San Jacobos  
Arroz Pilaf  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
474 Kcal. 7,8% Prot. 55,1% H.C. 36,7% Lip.  
MERIENDA: Bocadillo Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

**JUEVES 23**

Guisantes con Jamón  
Arroz con Pollo al Curry  
Ens de Lechuga y Tomate  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
539 Kcal. 22% Prot. 50,9% H.C. 26,9% Lip.  
MERIENDA: Bocadillo Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

**JUEVES 30**

Sopa de Cocido  
Cocido Madrileño  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
569 Kcal. 19,7% Prot. 47,6% H.C. 32,7% Lip.  
MERIENDA: Bocadillo Variado

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Huevo

**VIERNES 3 CUARESMA**

Sopa de Fideos  
Medallones de Merluza  
Ensalada Mixta  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
411 Kcal. 19,2% Prot. 52,3% H.C. 28,1% Lip.  
MERIENDA: Yogur

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Lomo

**VIERNES 10 CUARESMA**

Crema de Puerros  
Huevos a la Villaroy  
Ensalada de Tomate  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
604 Kcal. 17,1% Prot. 43,6% H.C. 39,3% Lip.  
MERIENDA: Yogur

SUGERENCIA DE CENA:  
Sopa y Pescado

**VIERNES 17 CUARESMA**

Espaguetis Pomodoro  
Merluza a la Vasca  
Verduritas  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
470 Kcal. 16,5% Prot. 39,6% H.C. 43,9% Lip.  
MERIENDA: Yogur

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pollo

**VIERNES 24 CUARESMA**

Lentejas Viudas  
Tortilla Española  
Ens de Lechuga y Maiz  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
586 Kcal. 14,7% Prot. 38,2% H.C. 46,9% Lip.  
MERIENDA: Yogur

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Lomo

**VIERNES 31**

NO LECTIVO

**LEYENDA**

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

Infantil