

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 KCal. 639 H.C. 102 Lip. 23 P. 12

PURE DE CALABACIN
ARROZ CON HORTALIZAS
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

5 KCal. 682 H.C. 101 Lip. 25 P. 19

MACARRONES CON VERDURA
GUISANTES SALTEADOS
• LECHUGA Y MAIZ
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

6 KCal. 814 H.C. 106 Lip. 33 P. 28

JUDIAS BLANCAS CON PIMIENTO Y ZANAHORIA
ARROZ CON CHAMPIÑONES
• LECHUGA Y ZANAHORIA
YOGUR DE SOJA
PAN

7 KCal. 365 H.C. 47 Lip. 14 P. 15

BROCOLI CON ACEITE
TORTILLA VEGANA DE PATATAS Y CALABACIN
• LECHUGA Y SOJA GERMINADA
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

8 KCal. 933 H.C. 152 Lip. 23 P. 31

SOPA DE VERDURA CON PASTA SIN GLUTEN
ALBONDIGAS DE SOJA CON SALSA DE TOMATE
• COUS COUS
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

11 KCal. 631 H.C. 108 Lip. 13 P. 27

JUDIAS VERDES CON PATATAS
JUDIAS BLANCAS CON VERDURA
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

12 KCal. 567 H.C. 84 Lip. 18 P. 21

GARBANZOS CON CALABACIN
TORTILLA VEGANA DE PATATAS Y CALABACIN
• LECHUGA Y PEPINO
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

13 KCal. 687 H.C. 81 Lip. 31 P. 22

ARROZ CON HORTALIZAS
SALCHICHA VEGETAL DE TOFU
• CEBOLLA Y PIMIENTO VERDE
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

14 KCal. 442 H.C. 59 Lip. 16 P. 17

SOPA DE VERDURA CON PASTA SIN GLUTEN
QUINOA CON VERDUAS Y ENDAMAME
YOGUR DE SOJA
PAN

15 KCal. 672 H.C. 101 Lip. 23 P. 20

MACARRONES A LA NORMA ALERGIAS
ALBONDIGAS DE SOJA CON SALSA DE TOMATE
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

18 KCal. 490 H.C. 80 Lip. 12 P. 20

BROCOLI CON PATATAS
LENTEJAS GUIADAS
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

19 KCal. 557 H.C. 81 Lip. 20 P. 18

MACARRONES CON TOMATE ALERGIAS
TORTILLA VEGANA DE PATATAS Y CALABACIN
• LECHUGA Y ACEITUNAS
YOGUR DE SOJA
PAN

20 KCal. 751 H.C. 104 Lip. 29 P. 22

SOPA DE VERDURA CON PASTA SIN GLUTEN
ALBONDIGAS DE SOJA CON SALSA DE TOMATE
• PATATA HORNO GUARNICIÓN
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

21 KCal. 977 H.C. 131 Lip. 38 P. 27

MENESTRA DE VERDURAS
VARITA DE VERDURA
• LECHUGA Y SOJA GERMINADA
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

22 KCal. 690 H.C. 82 Lip. 31 P. 23

ARROZ CON HORTALIZAS
SALCHICHA VEGETAL DE TOFU
• VERDURAS GUARNICIÓN
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

25 KCal. 1162 H.C. 149 Lip. 55 P. 18

MACARRONES CON CHAMPIÑONES SIN GLUTEN
VARITA DE VERDURA
• LECHUGA Y ACEITUNAS
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

26 KCal. 725 H.C. 85 Lip. 32 P. 28

GARBANZOS CON VERDURA
ALBONDIGAS DE SOJA CON SALSA DE TOMATE
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

27 KCal. 683 H.C. 91 Lip. 26 P. 23

ARROZ CON HORTALIZAS
SALCHICHA VEGETAL DE TOFU
• CON PATATA Y CEBOLLA
FRUTA DEL TIEMPO
PAN

28 KCal. 485 H.C. 70 Lip. 13 P. 27

CREMA DE ALUBIAS
TORTILLA VEGANA DE PATATAS Y CEBOLLA
• TOMATE AL HORNO
YOGUR DE SOJA
PAN

29 KCal. 440 H.C. 61 Lip. 18 P. 11

JUDIAS VERDES CON PATATAS
QUINOA CON VERDUAS Y ENDAMAME
• LECHUGA Y ZANAHORIA
FRUTA DEL TIEMPO
PAN