

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>4 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada</p>	<p>5 Pochas con Chistorra Magras con Tomate Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada</p>	<p>6</p>	<p>7</p>	<p>1 Garbanzos Estofados con Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur</p>
	<p>JORNADA GASTRONÓMICA NAVARRA</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>FESTIVO</p>
<p>Kcal: 631 Lip: 22,86 Prot: 16,66 HC: 93,20 Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>Kcal: 846 Lip: 28,21 Prot: 45,60 HC: 87,63 Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>			<p>Kcal: 772 Lip: 23,96 Prot: 45,88 HC: 96,63 Cena: Arroz + Pescado + Fruta</p>
<p>11 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada</p>	<p>12 Arroz a Banda Rotti de Pavo al Horno Zanahoria ECO en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada</p>	<p>13 Sopa de Picadillo de Pollo Merluza a la Andaluza Ensalada de Lechuga y , Zanahoria y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada</p>	<p>14 Crema de Calabacín ECO Filetes Rusos con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada</p>	<p>15 Garbanzos Encebollados con Chorizo Rape al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur</p>
<p>Kcal: 699 Lip: 27,52 Prot: 28,70 HC: 87,42 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>Kcal: 672 Lip: 19,19 Prot: 33,15 HC: 94,05 Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>Kcal: 550 Lip: 19,59 Prot: 33,17 HC: 60,81 Cena: Arroz + Carne + Fruta</p>	<p>Kcal: 690 Lip: 24,49 Prot: 22,69 HC: 78,18 Cena: Patata + Pescado + Lácteo</p>	<p>Kcal: 729 Lip: 26,38 Prot: 42,83 HC: 83,20 Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>
<p>18 Tallarines a la Boloñesa Gallo a la Bilbaína Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada</p>	<p>19 Arroz Tres Delicias Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada</p>	<p>20 Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada</p>	<p>21 Crema de Verduras ECO Pollo al Ajillo Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada</p>	<p>22 Ensalada Mixta Hamburguesa de Ternera Completa Patatas Fritas Macedonia de Fruta Casera y Huevos de Chocolate Navideños</p>
<p>Kcal: 685 Lip: 18,51 Prot: 44,00 HC: 84,58 Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>Kcal: 599 Lip: 25,12 Prot: 26,51 HC: 66,02 Cena: Patata + Pescado + Fruta</p>	<p>Kcal: 651 Lip: 15,49 Prot: 39,80 HC: 91,26 Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>Kcal: 610 Lip: 21,01 Prot: 38,17 HC: 67,66 Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>Kcal: 770 Lip: 33,02 Prot: 26,86 HC: 92,84 Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>



mediterránea