

**SIN LÁCTEOS, PROT LECHE, LACTOSA
NUESTRA SEÑORA DE LA PALOMA**

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

	<p>dia 1</p> <p>Macarrones con tomate (sin queso) Alérgeno: huevo, gluten Salchichas de pavo con rodajas de tomate natural Alérgeno: soja Piña en su jugo y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 657 Prot. 25 Lip 21 H.C. 91</p>	<p>dia 2</p> <p>Judías pintas ecológicas con verduras Salmón al horno con salsa de naranja y patata asada Alérgeno: pescado Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 649 Prot. 27 Lip 17 H.C. 96</p>	<p>dia 3</p> <p>Crema de espinacas Alérgeno: apio Hamburguesa de pollo con ensalada lechuga, aceitunas, manzana y zanahoria Fruta de temporada y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 525 Prot. 22 Lip 22 H.C. 60</p>	<p>dia 4</p> <p>Sopa de picadillo Alérgeno: soja, huevo, gluten Bacalao con patata a la gallega y rodaja de tomate natural Alérgeno: pescado Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 518 Prot. 22 Lip 16 H.C. 72</p>
<p>dia 7</p> <p>Lentejas ecológicas con verduras Alérgeno: gluten Tortilla de espinacas con ensalada lechuga y maíz Alérgeno: huevo Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 630 Prot. 25 Lip 20 H.C. 86</p>	<p>dia 8</p> <p>Coliflor rehogada con patatas Merluza rebozada con ensalada lechuga, tomate, remolacha Alérgeno: pescado, huevo, gluten Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 590 Prot. 23 Lip 31 H.C. 56</p>	<p>dia 9</p> <p>Crema de calabacín, puerro y patata Lomo fresco plancha con ensalada tomate, cebolla y aceitunas Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 757 Prot. 22 Lip 43 H.C. 71</p>	<p>dia 10</p> <p>Sopa de cocido con fideos ECO Alérgeno: gluten, huevo Cocido completo con ternera, chorizo y patata Yogur de soja (soja) y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 593 Prot. 24 Lip 17 H.C. 85</p>	<p>dia 11</p> <p>Guiso de fideos con calamares y rape Alérgeno: gluten, huevo, crustáceos, pescado, moluscos, sulfitos y sulfurosos Fogonero con pisto Alérgeno: pescado, gluten, huevo Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 692 Prot. 35 Lip 19 H.C. 95</p>
<p>dia 14</p> <p>Espaguetis integrales con tomate y bacon (sin queso) Alérgeno: gluten, huevo Merluza al horno con ensalada lechuga, tomate y remolacha Alérgeno: pescado Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 599 Prot. 28 Lip 15 H.C. 89</p>	<p>dia 15</p> <p>Sopa de tomate Alérgeno: gluten, huevo Albóndigas de ternera con champiñón Alérgeno: gluten, huevo, soja, sulfitos y sulfurosos Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 550 Prot. 26 Lip 18 H.C. 71</p>	<p>dia 16</p> <p>Puré de repollo y patata Pollo aado con ensalada lechuga, maíz tomate y zanahoria Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 660 Prot. 50 Lip 22 H.C. 64</p>	<p>dia 17</p> <p>Judías blancas ecológicas con verduras Salmón al horno con ensalada lechuga, aceitunas, maíz y manzana Alérgeno: pescado Fruta de temporada y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 626 Prot. 26 Lip 22 H.C. 80</p>	<p>dia 18</p> <p>Paella mixta con verduras Alérgeno: crustáceos, pescados, moluscos, sulfitos y sulfurosos Bacalao con tomate y verduras Alérgeno: pescado, gluten Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 589 Prot. 30 Lip 14 H.C. 86</p>
<p>dia 21</p> <p>Lentejas ecológicas con verduras Alérgeno: gluten Fogonero al horno con ensalada lechuga, maíz, naranja Alérgeno: pescado Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 592 Prot. 31 Lip 14 H.C. 86</p>	<p>dia 22</p> <p>FELIZ DÍA DEL AGUA! DÍA MUNDIAL DEL AGUA, Crema de champiñón Lomo fresco plancha con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 735 Prot. 23 Lip 33 H.C. 86</p>	<p>dia 23</p> <p>Sopa de cocido Alérgeno: gluten, huevo Cocido madrileño, pollo, ternera, zanahoria Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 598 Prot. 22 Lip 16 H.C. 93</p>	<p>dia 24</p> <p>Judías verdes rehogadas Bacalao rebozado con patata a la gallega y rodaja de tomate natural Alérgeno: pescado, huevo, gluten Yogur de soja (soja) y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 562 Prot. 26 Lip 20 H.C. 69</p>	<p>dia 25</p> <p>Patatas guisadas con rape Alérgeno: pescado Tortilla de espinacas y patata con ensalada de lechuga y maíz Alérgeno: huevo Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 633 Prot. 28 Lip 23 H.C. 79</p>
<p>dia 28</p> <p>Macarrones con bacon (sin queso) Alérgeno: huevo, gluten Merluza rebozada con ensalada Alérgeno: pescado, huevo, gluten Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 661 Prot. 27 Lip 19 H.C. 95</p>	<p>dia 29</p> <p>Crema de calabaza y patata Albóndigas de ternera con champiñón Alérgeno: gluten, huevo, soja, sulfitos y sulfurosos Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 560 Prot. 23 Lip 20 H.C. 72</p>	<p>dia 30</p> <p>Judías pintas ecológicas con verduras Hamburguesas de pollo con ensalada y plátano frito Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 671 Prot. 33 Lip 20 H.C. 89</p>	<p>dia 31</p> <p>Salteado de verduras Escalope de pavo con patatas fritas Alérgeno: gluten, huevo Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p>Kcal. 741 Prot. 26 Lip 34 H.C. 82</p>	