

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>1</b> KCal. 553 H.C. 59 Lip. 26 P. 25 SOPA DE FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>2</b> KCal. 738 H.C. 74 Lip. 36 P. 35 PATATAS A LA RIOJANA ABADAJE A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>3</b> KCal. 751 H.C. 82 Lip. 32 P. 37 LENTEJAS A LA HORTELANA TORTILLA DE CALABACIN • RODAJAS DE TOMATE YOGUR PAN
<b>6</b> KCal. 697 H.C. 65 Lip. 40 P. 20 BROCOLI REHOGADO ALBONDIGAS EN SASA DE TOMATE • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>7</b> KCal. 641 H.C. 71 Lip. 25 P. 37 FABADA MERLUZA AL HORNO • VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>8</b> KCal. 609 H.C. 67 Lip. 29 P. 24 CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>9</b> KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>10</b> KCal. 923 H.C. 93 Lip. 47 P. 35 ARROZ CON TOMATE Y HUEVO CABALLA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR PAN
<b>13</b> KCal. 749 H.C. 105 Lip. 26 P. 28 LENTEJAS CON CALABAZA HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>14</b> KCal. 592 H.C. 61 Lip. 25 P. 34 JUDÍAS VERDES REHOGADAS MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>15</b> KCal. 840 H.C. 87 Lip. 44 P. 24 RAIN SOUP FISH AND CHIPS MINIDONUTS PAN	<b>16</b> KCal. 523 H.C. 85 Lip. 14 P. 19 MACARRONES PRIMAVERA FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>17</b> KCal. 679 H.C. 75 Lip. 23 P. 47 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA VERDE YOGUR PAN
		<b>22</b> KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>23</b> KCal. 562 H.C. 52 Lip. 32 P. 20 CREMA DE CALABACIN TORTILLA FRANCESA • CHAMPIÑON SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>24</b> KCal. 665 H.C. 80 Lip. 20 P. 45 LENTEJAS ESTOFADAS CALAMARES AL HORNO • ENSALADA VERDE YOGUR PAN
<b>27</b> KCal. 621 H.C. 60 Lip. 34 P. 21 PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>28</b> KCal. 595 H.C. 75 Lip. 18 P. 38 JUDIAS BLANCAS CASERAS MERLUZA EN SALSA PIQUILLO CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>29</b> KCal. 479 H.C. 57 Lip. 19 P. 24 SOPA DE PESCADO POLLO ASADO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>30</b> KCal. 619 H.C. 89 Lip. 23 P. 17 CARACOLILLOS CON TOMATE DELICIAS DEL MAR (CROQUETAS DE BACALAO, EMPANADILLAS DE ATÚN Y MERLUZA REBOZADA) • ENSALADA DE COLORES PASTELITO DE CHOCOLATE PAN	

# Marzo 2023

LCE00003: CELIACO, NO LECHE

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>1</b> KCal. 523 H.C. 59 Lip. 25 P. 18 <u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u> JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>2</b> KCal. 663 H.C. 60 Lip. 34 P. 30 PATATAS A LA RIOJANA <u>ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)</u> • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>3</b> KCal. 621 H.C. 59 Lip. 30 P. 30 LENTEJAS A LA HORTELANA TORTILLA DE CALABACIN • RODAJAS DE TOMATE <u>GELATINA SIN AZUCAR</u> <u>PAN SIN GLUTEN</u>
<b>6</b> KCal. 662 H.C. 50 Lip. 43 P. 18 BROCOLI REHOGADO <u>ALBONDIGAS DE TERNERA AL HORNO CON TOMATE</u> • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>7</b> KCal. 603 H.C. 61 Lip. 25 P. 34 FABADA <u>MERLUZA AL HORNO</u> • VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>8</b> KCal. 571 H.C. 58 Lip. 29 P. 21 CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>9</b> KCal. 612 H.C. 80 Lip. 22 P. 26 <u>SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN)</u> COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>10</b> KCal. 794 H.C. 69 Lip. 45 P. 28 ARROZ CON TOMATE Y HUEVO CABBALLA • ENSALADA DEL TIEMPO <u>GELATINA SIN AZUCAR</u> <u>PAN SIN GLUTEN</u>
<b>13</b> KCal. 594 H.C. 73 Lip. 21 P. 33 LENTEJAS CON CALABAZA <u>HUEVOS CON TOMATE Y PATATAS</u> FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>14</b> KCal. 554 H.C. 52 Lip. 25 P. 32 JUDÍAS VERDES REHOGADAS MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>15</b> KCal. 496 H.C. 52 Lip. 24 P. 19 <u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u> <u>MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ)</u> • PATATAS FRITAS <u>GELATINA AROMAS SIN AZUCAR</u> <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>16</b> KCal. 626 H.C. 104 Lip. 19 P. 15 <u>MACARRONES SALTEADOS (PASTA SIN GLUTEN)</u> FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>17</b> KCal. 550 H.C. 51 Lip. 21 P. 40 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA VERDE <u>GELATINA SIN AZUCAR</u> <u>PAN SIN GLUTEN</u>
		<b>22</b> KCal. 612 H.C. 80 Lip. 22 P. 26 <u>SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN)</u> COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>23</b> KCal. 524 H.C. 43 Lip. 32 P. 18 CREMA DE CALABACIN TORTILLA FRANCESA • CHAMPIÑON SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>24</b> KCal. 536 H.C. 56 Lip. 18 P. 39 LENTEJAS ESTOFADAS CALAMARES AL HORNO • ENSALADA VERDE <u>GELATINA SIN AZUCAR</u> <u>PAN SIN GLUTEN</u>
<b>27</b> KCal. 584 H.C. 51 Lip. 35 P. 18 PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>28</b> KCal. 561 H.C. 68 Lip. 18 P. 35 JUDIAS BLANCAS CASERAS <u>MERLUZA AL HORNO</u> • PATATA COCIDA FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>29</b> KCal. 468 H.C. 54 Lip. 21 P. 18 <u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u> POLLO ASADO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>30</b> KCal. 775 H.C. 99 Lip. 32 P. 28 <u>ESPAGUETIS CON TOMATE (PASTA SIN GLUTEN)</u> <u>ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)</u> • ENSALADA DE COLORES <u>BIZCOCHO CASERO DIETAS</u> <u>PAN SIN GLUTEN</u>	

# Marzo 2023

LAL00005: NO PESCADO  
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>1</b> KCal. 553 H.C. 59 Lip. 26 P. 25 SOPA DE FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>2</b> KCal. 627 H.C. 75 Lip. 25 P. 29 PATATAS A LA RIOJANA DELICIAS DE PAVO • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>3</b> KCal. 751 H.C. 82 Lip. 32 P. 37 LENTEJAS A LA HORTELANA TORTILLA DE CALABACIN • RODAJAS DE TOMATE YOGUR PAN
<b>6</b> KCal. 697 H.C. 65 Lip. 40 P. 20 BROCOLI REHOGADO ALBONDIGAS EN SASA DE TOMATE • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>7</b> KCal. 639 H.C. 71 Lip. 21 P. 46 FABADA PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA • VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>8</b> KCal. 609 H.C. 67 Lip. 29 P. 24 CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>9</b> KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>10</b> KCal. 791 H.C. 93 Lip. 30 P. 41 ARROZ CON TOMATE Y HUEVO CINTA DE LOMO FRESCA LA PLANCHA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR PAN
<b>13</b> KCal. 632 H.C. 82 Lip. 21 P. 36 LENTEJAS CON CALABAZA HUEVOS CON TOMATE Y PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>14</b> KCal. 592 H.C. 61 Lip. 25 P. 34 JUDÍAS VERDES REHOGADAS MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>15</b> KCal. 816 H.C. 74 Lip. 47 P. 26 RAIN SOUP TORTILLA FRANCESA (DIETAS) • PATATAS FRITAS MINIDONUTS PAN	<b>16</b> KCal. 523 H.C. 85 Lip. 14 P. 19 MACARRONES PRIMAVERA FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>17</b> KCal. 660 H.C. 77 Lip. 19 P. 49 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS TERNERA GUISADA CON VERDURAS - PATATAS (DIETAS) YOGUR PAN
		<b>22</b> KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>23</b> KCal. 562 H.C. 52 Lip. 32 P. 20 CREMA DE CALABACIN TORTILLA FRANCESA • CHAMPIÑON SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>24</b> KCal. 665 H.C. 80 Lip. 20 P. 45 LENTEJAS ESTOFADAS CALAMARES AL HORNO • ENSALADA VERDE YOGUR PAN
<b>27</b> KCal. 621 H.C. 60 Lip. 34 P. 21 PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>28</b> KCal. 576 H.C. 84 Lip. 13 P. 37 JUDIAS BLANCAS CASERAS DELICIAS DE PAVO • PATATA COCIDA FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>29</b> KCal. 498 H.C. 54 Lip. 22 P. 24 SOPA DE AVE CON FIDEOS POLLO ASADO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>30</b> KCal. 681 H.C. 81 Lip. 26 P. 35 CARACOLILLOS CON TOMATE TIRAS DE POLLO CRUJIENTE (HARINA DE MAIZ) • ENSALADA DE COLORES PASTELITO DE CHOCOLATE PAN	

# Marzo 2023

## LAL00018: NO KIWI

### INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>1</b> KCal. 554 H.C. 59 Lip. 26 P. 25 SOPA DE FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • PATATAS PERA PAN	<b>2</b> KCal. 758 H.C. 78 Lip. 36 P. 35 PATATAS A LA RIOJANA ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES PLATANO PAN	<b>3</b> KCal. 725 H.C. 73 Lip. 33 P. 37 LENTEJAS A LA HORTELANA TORTILLA DE CALABACIN • RODAJAS DE TOMATE YOGUR NATURAL PAN
<b>6</b> KCal. 680 H.C. 60 Lip. 40 P. 21 BROCOLI REHOGADO ALBONDIGAS EN SASA DE TOMATE • PATATAS NARANJA PAN	<b>7</b> KCal. 637 H.C. 70 Lip. 25 P. 36 FABADA MERLUZA AL HORNO • VERDURAS MANZANA PAN	<b>8</b> KCal. 610 H.C. 68 Lip. 29 P. 23 CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO • ENSALADA DE COLORES PERA PAN	<b>9</b> KCal. 666 H.C. 91 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO PLATANO PAN	<b>10</b> KCal. 898 H.C. 84 Lip. 48 P. 35 ARROZ CON TOMATE Y HUEVO CABALLA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR NATURAL PAN
<b>13</b> KCal. 732 H.C. 100 Lip. 26 P. 28 LENTEJAS CON CALABAZA HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA VERDE NARANJA PAN	<b>14</b> KCal. 587 H.C. 61 Lip. 25 P. 34 JUDÍAS VERDES REHOGADAS MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA MANZANA PAN	<b>15</b> KCal. 840 H.C. 87 Lip. 44 P. 24 RAIN SOUP FISH AND CHIPS MINIDONUTS PAN	<b>16</b> KCal. 542 H.C. 89 Lip. 14 P. 20 MACARRONES PRIMAVERA FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES PLATANO PAN	<b>17</b> KCal. 654 H.C. 66 Lip. 24 P. 47 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL PAN
		<b>22</b> KCal. 648 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO PERA PAN	<b>23</b> KCal. 581 H.C. 57 Lip. 32 P. 21 CREMA DE CALABACIN TORTILLA FRANCESA • CHAMPIÑON SALTEADO PLATANO PAN	<b>24</b> KCal. 640 H.C. 71 Lip. 21 P. 46 LENTEJAS ESTOFADAS CALAMARES AL HORNO • ENSALADA VERDE YOGUR NATURAL PAN
<b>27</b> KCal. 604 H.C. 55 Lip. 34 P. 21 PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO NARANJA PAN	<b>28</b> KCal. 590 H.C. 74 Lip. 18 P. 38 JUDIAS BLANCAS CASERAS MERLUZA EN SALSA PIQUILLO CON PATATA MANZANA PAN	<b>29</b> KCal. 480 H.C. 57 Lip. 19 P. 23 SOPA DE PESCADO POLLO ASADO • VERDURITAS PERA PAN	<b>30</b> KCal. 619 H.C. 89 Lip. 23 P. 17 CARACOLILLOS CON TOMATE DELICIAS DEL MAR (CROQUETAS DE BACALAO, EMPANADILLAS DE ATÚN Y MERLUZA REBOZADA) • ENSALADA DE COLORES PASTELITO DE CHOCOLATE PAN	

# Marzo 2023

LAL00008: NO HUEVO, LECHE  
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<p><b>1</b> KCal. 561 H.C. 68 Lip. 24 P. 21</p> <p><u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u> JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>2</b> KCal. 701 H.C. 69 Lip. 34 P. 33</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA <u>ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)</u> • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>3</b> KCal. 655 H.C. 70 Lip. 21 P. 49</p> <p>LENTEJAS A LA HORTELANA <u>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA</u> • RODAJAS DE TOMATE <u>POSTRE FERMENTADO DE SOJA</u> PAN</p>
<p><b>6</b> KCal. 697 H.C. 65 Lip. 40 P. 20</p> <p>BROCOLI REHOGADO ALBONDIGAS EN SASA DE TOMATE • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>7</b> KCal. 641 H.C. 71 Lip. 25 P. 37</p> <p>FABADA MERLUZA AL HORNO • VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>8</b> KCal. 609 H.C. 67 Lip. 29 P. 24</p> <p>CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>9</b> KCal. 650 H.C. 89 Lip. 22 P. 28</p> <p><u>SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN)</u> COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>10</b> KCal. 837 H.C. 80 Lip. 43 P. 32</p> <p>ARROZ CON TOMATE CABALLA • ENSALADA DEL TIEMPO <u>POSTRE FERMENTADO DE SOJA</u> PAN</p>
<p><b>13</b> KCal. 598 H.C. 78 Lip. 14 P. 45</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA <u>PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA</u> • ENSALADA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>14</b> KCal. 592 H.C. 61 Lip. 25 P. 34</p> <p>JUDÍAS VERDES REHOGADAS MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>15</b> KCal. 534 H.C. 61 Lip. 24 P. 22</p> <p><u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u> <u>MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ)</u> • PATATAS FRITAS <u>GELATINA AROMAS SIN AZUCAR</u> PAN</p>	<p><b>16</b> KCal. 664 H.C. 113 Lip. 19 P. 17</p> <p><u>MACARRONES SALTEADOS (PASTA SIN GLUTEN)</u> FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>17</b> KCal. 649 H.C. 63 Lip. 23 P. 48</p> <p>ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA VERDE <u>POSTRE FERMENTADO DE SOJA</u> PAN</p>
		<p><b>22</b> KCal. 650 H.C. 89 Lip. 22 P. 28</p> <p><u>SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN)</u> COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>23</b> KCal. 439 H.C. 58 Lip. 15 P. 21</p> <p>CREMA DE CALABACIN DELICIAS DE PAVO • CHAMPIÑON SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>24</b> KCal. 635 H.C. 68 Lip. 20 P. 47</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CALAMARES AL HORNO • ENSALADA VERDE <u>POSTRE FERMENTADO DE SOJA</u> PAN</p>
<p><b>27</b> KCal. 568 H.C. 62 Lip. 27 P. 23</p> <p>PURE DE VERDURAS LACON AL HORNO • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>28</b> KCal. 599 H.C. 77 Lip. 18 P. 38</p> <p>JUDIAS BLANCAS CASERAS MERLUZA AL HORNO • PATATA COCIDA FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>29</b> KCal. 506 H.C. 63 Lip. 20 P. 20</p> <p><u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u> POLLO ASADO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>30</b> KCal. 612 H.C. 83 Lip. 21 P. 28</p> <p><u>ESPAGUETIS CON TOMATE (PASTA SIN GLUTEN)</u> <u>ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)</u> • ENSALADA DE COLORES <u>GELATINA SIN AZUCAR</u> PAN</p>	

# Marzo 2023

LAL00004: NO LECHE

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<p><b>1</b> KCal. 553 H.C. 59 Lip. 26 P. 25</p> <p>SOPA DE FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>2</b> KCal. 738 H.C. 74 Lip. 36 P. 35</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>3</b> KCal. 721 H.C. 71 Lip. 32 P. 38</p> <p>LENTEJAS A LA HORTELANA TORTILLA DE CALABACIN • RODAJAS DE TOMATE POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN</p>
<p><b>6</b> KCal. 697 H.C. 65 Lip. 40 P. 20</p> <p>BROCOLI REHOGADO ALBONDIGAS EN SASA DE TOMATE • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>7</b> KCal. 641 H.C. 71 Lip. 25 P. 37</p> <p>FABADA MERLUZA AL HORNO • VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>8</b> KCal. 609 H.C. 67 Lip. 29 P. 24</p> <p>CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>9</b> KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30</p> <p>SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>10</b> KCal. 893 H.C. 81 Lip. 48 P. 36</p> <p>ARROZ CON TOMATE Y HUEVO CABALLA • ENSALADA DEL TIEMPO POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN</p>
<p><b>13</b> KCal. 632 H.C. 82 Lip. 21 P. 36</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA HUEVOS CON TOMATE Y PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>14</b> KCal. 592 H.C. 61 Lip. 25 P. 34</p> <p>JUDÍAS VERDES REHOGADAS MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>15</b> KCal. 584 H.C. 58 Lip. 29 P. 25</p> <p>RAIN SOUP MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ) • PATATAS FRITAS GELATINA AROMAS SIN AZUCAR PAN</p>	<p><b>16</b> KCal. 523 H.C. 85 Lip. 14 P. 19</p> <p>MACARRONES PRIMAVERA FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>17</b> KCal. 649 H.C. 63 Lip. 23 P. 48</p> <p>ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA VERDE POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN</p>
		<p><b>22</b> KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30</p> <p>SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>23</b> KCal. 562 H.C. 52 Lip. 32 P. 20</p> <p>CREMA DE CALABACIN TORTILLA FRANCESA • CHAMPIÑON SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>24</b> KCal. 635 H.C. 68 Lip. 20 P. 47</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CALAMARES AL HORNO • ENSALADA VERDE POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN</p>
<p><b>27</b> KCal. 621 H.C. 60 Lip. 34 P. 21</p> <p>PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>28</b> KCal. 599 H.C. 77 Lip. 18 P. 38</p> <p>JUDIAS BLANCAS CASERAS MERLUZA AL HORNO • PATATA COCIDA FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>29</b> KCal. 479 H.C. 57 Lip. 19 P. 24</p> <p>SOPA DE PESCADO POLLO ASADO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>30</b> KCal. 819 H.C. 101 Lip. 33 P. 34</p> <p>CARACOLILLOS CON TOMATE ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ) • ENSALADA DE COLORES BIZCOCHO CASERO DIETAS PAN</p>	

# Marzo 2023

LAL00002: NO FRUTOS SECOS  
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>1</b> KCal. 553 H.C. 59 Lip. 26 P. 25 SOPA DE FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>2</b> KCal. 738 H.C. 74 Lip. 36 P. 35 PATATAS A LA RIOJANA ABADAJE A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>3</b> KCal. 751 H.C. 82 Lip. 32 P. 37 LENTEJAS A LA HORTELANA TORTILLA DE CALABACIN • RODAJAS DE TOMATE YOGUR PAN
<b>6</b> KCal. 697 H.C. 65 Lip. 40 P. 20 BROCOLI REHOGADO ALBONDIGAS EN SASA DE TOMATE • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>7</b> KCal. 641 H.C. 71 Lip. 25 P. 37 FABADA MERLUZA AL HORNO • VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>8</b> KCal. 609 H.C. 67 Lip. 29 P. 24 CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>9</b> KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>10</b> KCal. 923 H.C. 93 Lip. 47 P. 35 ARROZ CON TOMATE Y HUEVO CABALLA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR PAN
<b>13</b> KCal. 749 H.C. 105 Lip. 26 P. 28 LENTEJAS CON CALABAZA HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>14</b> KCal. 592 H.C. 61 Lip. 25 P. 34 JUDÍAS VERDES REHOGADAS MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>15</b> KCal. 905 H.C. 102 Lip. 45 P. 24 RAIN SOUP FISH AND CHIPS MAGDALENA SIN GLUTEN PAN	<b>16</b> KCal. 523 H.C. 85 Lip. 14 P. 19 MACARRONES PRIMAVERA FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>17</b> KCal. 679 H.C. 75 Lip. 23 P. 47 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA VERDE YOGUR PAN
		<b>22</b> KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>23</b> KCal. 562 H.C. 52 Lip. 32 P. 20 CREMA DE CALABACIN TORTILLA FRANCESA • CHAMPIÑON SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>24</b> KCal. 665 H.C. 80 Lip. 20 P. 45 LENTEJAS ESTOFADAS CALAMARES AL HORNO • ENSALADA VERDE YOGUR PAN
<b>27</b> KCal. 621 H.C. 60 Lip. 34 P. 21 PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>28</b> KCal. 595 H.C. 75 Lip. 18 P. 38 JUDIAS BLANCAS CASERAS MERLUZA EN SALSA PIQUILLO CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>29</b> KCal. 479 H.C. 57 Lip. 19 P. 24 SOPA DE PESCADO POLLO ASADO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>30</b> KCal. 814 H.C. 113 Lip. 33 P. 20 CARACOLILLOS CON TOMATE DELICIAS DEL MAR (CROQUETAS DE BACALAO, EMPANADILLAS DE ATÚN Y MERLUZA REBOZADA) • ENSALADA DE COLORES BIZCOCHO CASERO DIETAS PAN	

# Marzo 2023

## LAL00311: NO PIEL DE FRUTA INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>1</b> KCal. 535 H.C. 54 Lip. 26 P. 25 SOPA DE FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • PATATAS MANDARINAS PAN	<b>2</b> KCal. 758 H.C. 78 Lip. 36 P. 35 PATATAS A LA RIOJANA ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES PLATANO PAN	<b>3</b> KCal. 725 H.C. 73 Lip. 33 P. 37 LENTEJAS A LA HORTELANA TORTILLA DE CALABACIN • RODAJAS DE TOMATE YOGUR NATURAL PAN
<b>6</b> KCal. 680 H.C. 60 Lip. 40 P. 21 BROCOLI REHOGADO ALBONDIGAS EN SASA DE TOMATE • PATATAS NARANJA PAN	<b>7</b> KCal. 660 H.C. 76 Lip. 25 P. 37 FABADA MERLUZA AL HORNO • VERDURAS PLATANO PAN	<b>8</b> KCal. 591 H.C. 63 Lip. 29 P. 24 CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO • ENSALADA DE COLORES MANDARINAS PAN	<b>9</b> KCal. 666 H.C. 91 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO PLATANO PAN	<b>10</b> KCal. 898 H.C. 84 Lip. 48 P. 35 ARROZ CON TOMATE Y HUEVO CABALLA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR NATURAL PAN
<b>13</b> KCal. 732 H.C. 100 Lip. 26 P. 28 LENTEJAS CON CALABAZA HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA VERDE NARANJA PAN	<b>14</b> KCal. 575 H.C. 56 Lip. 25 P. 35 JUDÍAS VERDES REHOGADAS MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA MANDARINAS PAN	<b>15</b> KCal. 840 H.C. 87 Lip. 44 P. 24 RAIN SOUP FISH AND CHIPS MINIDONUTS PAN	<b>16</b> KCal. 542 H.C. 89 Lip. 14 P. 20 MACARRONES PRIMAVERA FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES PLATANO PAN	<b>17</b> KCal. 654 H.C. 66 Lip. 24 P. 47 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL PAN
		<b>22</b> KCal. 629 H.C. 82 Lip. 22 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO MANDARINAS PAN	<b>23</b> KCal. 581 H.C. 57 Lip. 32 P. 21 CREMA DE CALABACIN TORTILLA FRANCESA • CHAMPIÑON SALTEADO PLATANO PAN	<b>24</b> KCal. 640 H.C. 71 Lip. 21 P. 46 LENTEJAS ESTOFADAS CALAMARES AL HORNO • ENSALADA VERDE YOGUR NATURAL PAN
<b>27</b> KCal. 604 H.C. 55 Lip. 34 P. 21 PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO NARANJA PAN	<b>28</b> KCal. 614 H.C. 80 Lip. 18 P. 38 JUDIAS BLANCAS CASERAS MERLUZA EN SALSA PIQUILLO CON PATATA PLATANO PAN	<b>29</b> KCal. 461 H.C. 52 Lip. 19 P. 24 SOPA DE PESCADO POLLO ASADO • VERDURITAS MANDARINAS PAN	<b>30</b> KCal. 619 H.C. 89 Lip. 23 P. 17 CARACOLILLOS CON TOMATE DELICIAS DEL MAR (CROQUETAS DE BACALAO, EMPANADILLAS DE ATÚN Y MERLUZA REBOZADA) • ENSALADA DE COLORES PASTELITO DE CHOCOLATE PAN	



# Marzo 2023

## LAL00095: NO LEGUMINOSAS

### INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<p><b>1</b> KCal. 561 H.C. 68 Lip. 24 P. 21</p> <p><u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u>            JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO            • PATATAS            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>2</b> KCal. 738 H.C. 74 Lip. 36 P. 35</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA            ABADAJE A LA ROMANA            • ENSALADA DE COLORES            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>3</b> KCal. 617 H.C. 61 Lip. 31 P. 25</p> <p><u>CREMA DE BROCOLI</u>            TORTILLA DE CALABACIN            • RODAJAS DE TOMATE            YOGUR            PAN</p>
<p><b>6</b> KCal. 527 H.C. 50 Lip. 22 P. 36</p> <p>BROCOLI REHOGADO  <u>TERNERA GUISADA CON VERDURAS (DIETAS)</u>            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>7</b> KCal. 516 H.C. 62 Lip. 21 P. 23</p> <p><u>HERVIDO DE PATATA Y ZANAHORIA (DIETA)</u>            MERLUZA AL HORNO            • VERDURAS            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>8</b> KCal. 609 H.C. 67 Lip. 29 P. 24</p> <p>CREMA DE CALABAZA            POLLO ASADO            • ENSALADA DE COLORES            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>9</b> KCal. 457 H.C. 67 Lip. 15 P. 17</p> <p><u>SOPA DE VERDURA CON PASTA SIN GLUTEN</u>  <u>POLLO Y TERNERA CON PATATA Y ZANAHORIA (DIETA)</u>            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>10</b> KCal. 923 H.C. 93 Lip. 47 P. 35</p> <p>ARROZ CON TOMATE Y HUEVO            CABELLA            • ENSALADA DEL TIEMPO            YOGUR            PAN</p>
<p><b>13</b> KCal. 562 H.C. 64 Lip. 26 P. 23</p> <p><u>PATATAS CON VERDURAS</u>  <u>HUEVOS CON TOMATE Y PATATAS</u>            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>14</b> KCal. 522 H.C. 57 Lip. 20 P. 32</p> <p><u>VERDURAS SALTEADAS</u>            MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>15</b> KCal. 738 H.C. 92 Lip. 32 P. 21</p> <p><u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u>            FISH AND CHIPS  <u>NATILLAS DE VAINILLA</u>            PAN</p>	<p><b>16</b> KCal. 664 H.C. 113 Lip. 19 P. 17</p> <p><u>MACARRONES SALTEADOS (PASTA SIN GLUTEN)</u>            FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA            • ENSALADA DE COLORES            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>17</b> KCal. 620 H.C. 77 Lip. 19 P. 39</p> <p><u>CREMA DE PATATA Y PUERRO</u>  <u>RAPE EN SALSA CON VERDURAS (DIETA)</u>            YOGUR            PAN</p>
		<p><b>22</b> KCal. 457 H.C. 67 Lip. 15 P. 17</p> <p><u>SOPA DE VERDURA CON PASTA SIN GLUTEN</u>  <u>POLLO Y TERNERA CON PATATA Y ZANAHORIA (DIETA)</u>            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>23</b> KCal. 459 H.C. 52 Lip. 15 P. 32</p> <p>CREMA DE CALABACIN            PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA            • CHAMPIÑON SALTEADO            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>24</b> KCal. 596 H.C. 62 Lip. 25 P. 33</p> <p><u>PATATAS CON VERDURAS</u>            CALAMARES AL HORNO            • ENSALADA VERDE            YOGUR            PAN</p>
<p><b>27</b> KCal. 553 H.C. 58 Lip. 27 P. 23</p> <p><u>PURE DE VERDURAS (dietas)</u>            LACON AL HORNO            • ENSALADA DEL TIEMPO            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>28</b> KCal. 595 H.C. 93 Lip. 16 P. 25</p> <p><u>ARROZ CON CHAMPIÑONES</u>            MERLUZA EN SALSA PIQUILLO CON PATATA            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>29</b> KCal. 506 H.C. 63 Lip. 20 P. 20</p> <p><u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u>            POLLO ASADO            • VERDURITAS            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>30</b> KCal. 813 H.C. 108 Lip. 31 P. 31</p> <p><u>ESPAGUETIS CON TOMATE (PASTA SIN GLUTEN)</u>  <u>ABADAJE ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)</u>            • ENSALADA DE COLORES  <u>BIZCOCHO CASERO DIETAS</u>            PAN</p>	

# Marzo 2023

LMU00001: NO CERDO

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>1</b> KCal. 553 H.C. 59 Lip. 26 P. 25 SOPA DE FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>2</b> KCal. 640 H.C. 69 Lip. 30 P. 28 HERVIDO DE PATATA Y ZANAHORIA (DIETA) ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>3</b> KCal. 751 H.C. 82 Lip. 32 P. 37 LENTEJAS A LA HORTELANA TORTILLA DE CALABACIN • RODAJAS DE TOMATE YOGUR PAN
<b>6</b> KCal. 700 H.C. 60 Lip. 43 P. 21 BROCOLI REHOGADO ALBONDIGAS DE TERNERA AL HORNO CON TOMATE • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>7</b> KCal. 513 H.C. 73 Lip. 12 P. 32 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (DIETA) MERLUZA AL HORNO • VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>8</b> KCal. 609 H.C. 67 Lip. 29 P. 24 CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>9</b> KCal. 646 H.C. 94 Lip. 19 P. 30 SOPA DE AVE CON FIDEOS COCIDO COMPLETO (DIETAS) FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>10</b> KCal. 923 H.C. 93 Lip. 47 P. 35 ARROZ CON TOMATE Y HUEVO CABALLA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR PAN
<b>13</b> KCal. 749 H.C. 105 Lip. 26 P. 28 LENTEJAS CON CALABAZA HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>14</b> KCal. 529 H.C. 56 Lip. 21 P. 33 JUDÍAS VERDES REHOGADAS ESTOFADO DE PAVO EN SALSA PRIMAVERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>15</b> KCal. 790 H.C. 90 Lip. 39 P. 20 SOPA DE ARROZ (DIETAS) FISH AND CHIPS MINIDONUTS PAN	<b>16</b> KCal. 523 H.C. 85 Lip. 14 P. 19 MACARRONES PRIMAVERA FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>17</b> KCal. 679 H.C. 75 Lip. 23 P. 47 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA VERDE YOGUR PAN
		<b>22</b> KCal. 646 H.C. 94 Lip. 19 P. 30 SOPA DE AVE CON FIDEOS COCIDO COMPLETO (DIETAS) FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>23</b> KCal. 562 H.C. 52 Lip. 32 P. 20 CREMA DE CALABACIN TORTILLA FRANCESA • CHAMPIÑON SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>24</b> KCal. 665 H.C. 80 Lip. 20 P. 45 LENTEJAS ESTOFADAS CALAMARES AL HORNO • ENSALADA VERDE YOGUR PAN
<b>27</b> KCal. 621 H.C. 60 Lip. 34 P. 21 PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>28</b> KCal. 549 H.C. 76 Lip. 14 P. 34 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (DIETA) MERLUZA EN SALSA PIQUILLO CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>29</b> KCal. 479 H.C. 57 Lip. 19 P. 24 SOPA DE PESCADO POLLO ASADO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>30</b> KCal. 619 H.C. 89 Lip. 23 P. 17 CARACOLILLOS CON TOMATE DELICIAS DEL MAR (CROQUETAS DE BACALAO, EMPANADILLAS DE ATÚN Y MERLUZA REBOZADA) • ENSALADA DE COLORES PASTELITO DE CHOCOLATE PAN	

(\*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal.

# Marzo 2023

LAL00006: NO MARISCO

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>1</b> KCal. 553 H.C. 59 Lip. 26 P. 25 SOPA DE FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>2</b> KCal. 738 H.C. 74 Lip. 36 P. 35 PATATAS A LA RIOJANA ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>3</b> KCal. 751 H.C. 82 Lip. 32 P. 37 LENTEJAS A LA HORTELANA TORTILLA DE CALABACIN • RODAJAS DE TOMATE YOGUR PAN
<b>6</b> KCal. 697 H.C. 65 Lip. 40 P. 20 BROCOLI REHOGADO ALBONDIGAS EN SASA DE TOMATE • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>7</b> KCal. 641 H.C. 71 Lip. 25 P. 37 FABADA MERLUZA AL HORNO • VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>8</b> KCal. 609 H.C. 67 Lip. 29 P. 24 CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>9</b> KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>10</b> KCal. 923 H.C. 93 Lip. 47 P. 35 ARROZ CON TOMATE Y HUEVO CABALLA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR PAN
<b>13</b> KCal. 632 H.C. 82 Lip. 21 P. 36 LENTEJAS CON CALABAZA HUEVOS CON TOMATE Y PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>14</b> KCal. 592 H.C. 61 Lip. 25 P. 34 JUDÍAS VERDES REHOGADAS MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>15</b> KCal. 785 H.C. 78 Lip. 41 P. 29 RAIN SOUP MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ) • PATATAS FRITAS MINIDONUTS PAN	<b>16</b> KCal. 523 H.C. 85 Lip. 14 P. 19 MACARRONES PRIMAVERA FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>17</b> KCal. 679 H.C. 75 Lip. 23 P. 47 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA VERDE YOGUR PAN
		<b>22</b> KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>23</b> KCal. 562 H.C. 52 Lip. 32 P. 20 CREMA DE CALABACIN TORTILLA FRANCESA • CHAMPIÑON SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>24</b> KCal. 702 H.C. 79 Lip. 28 P. 38 LENTEJAS ESTOFADAS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • ENSALADA VERDE YOGUR PAN
<b>27</b> KCal. 621 H.C. 60 Lip. 34 P. 21 PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>28</b> KCal. 595 H.C. 75 Lip. 18 P. 38 JUDIAS BLANCAS CASERAS MERLUZA EN SALSA PIQUILLO CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>29</b> KCal. 498 H.C. 54 Lip. 22 P. 24 SOPA DE AVE CON FIDEOS POLLO ASADO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>30</b> KCal. 625 H.C. 78 Lip. 23 P. 31 CARACOLILLOS CON TOMATE ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ) • ENSALADA DE COLORES PASTELITO DE CHOCOLATE PAN	

# Marzo 2023

LAL00009: NO MARISCO, PESCADO

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>1</b> KCal. 553 H.C. 59 Lip. 26 P. 25 SOPA DE FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>2</b> KCal. 627 H.C. 75 Lip. 25 P. 29 PATATAS A LA RIOJANA DELICIAS DE PAVO • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>3</b> KCal. 751 H.C. 82 Lip. 32 P. 37 LENTEJAS A LA HORTELANA TORTILLA DE CALABACIN • RODAJAS DE TOMATE YOGUR PAN
<b>6</b> KCal. 697 H.C. 65 Lip. 40 P. 20 BROCOLI REHOGADO ALBONDIGAS EN SASA DE TOMATE • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>7</b> KCal. 639 H.C. 71 Lip. 21 P. 46 FABADA PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA • VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>8</b> KCal. 609 H.C. 67 Lip. 29 P. 24 CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>9</b> KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>10</b> KCal. 791 H.C. 93 Lip. 30 P. 41 ARROZ CON TOMATE Y HUEVO CINTA DE LOMO FRESCA LA PLANCHA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR PAN
<b>13</b> KCal. 632 H.C. 82 Lip. 21 P. 36 LENTEJAS CON CALABAZA HUEVOS CON TOMATE Y PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>14</b> KCal. 592 H.C. 61 Lip. 25 P. 34 JUDÍAS VERDES REHOGADAS MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>15</b> KCal. 816 H.C. 74 Lip. 47 P. 26 RAIN SOUP TORTILLA FRANCESA (DIETAS) • PATATAS FRITAS MINIDONUTS PAN	<b>16</b> KCal. 523 H.C. 85 Lip. 14 P. 19 MACARRONES PRIMAVERA FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>17</b> KCal. 660 H.C. 77 Lip. 19 P. 49 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS TERNERA GUISADA CON VERDURAS - PATATAS (DIETAS) YOGUR PAN
		<b>22</b> KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>23</b> KCal. 562 H.C. 52 Lip. 32 P. 20 CREMA DE CALABACIN TORTILLA FRANCESA • CHAMPIÑON SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>24</b> KCal. 702 H.C. 79 Lip. 28 P. 38 LENTEJAS ESTOFADAS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • ENSALADA VERDE YOGUR PAN
<b>27</b> KCal. 621 H.C. 60 Lip. 34 P. 21 PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>28</b> KCal. 576 H.C. 84 Lip. 13 P. 37 JUDIAS BLANCAS CASERAS DELICIAS DE PAVO • PATATA COCIDA FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>29</b> KCal. 498 H.C. 54 Lip. 22 P. 24 SOPA DE AVE CON FIDEOS POLLO ASADO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	<b>30</b> KCal. 681 H.C. 81 Lip. 26 P. 35 CARACOLILLOS CON TOMATE TIRAS DE POLLO CRUJIENTE (HARINA DE MAIZ) • ENSALADA DE COLORES PASTELITO DE CHOCOLATE PAN	

# Marzo 2023

LCE0001: CELIACO

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>1</b> KCal. 523 H.C. 59 Lip. 25 P. 18 <u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u> JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>2</b> KCal. 663 H.C. 60 Lip. 34 P. 30 PATATAS A LA RIOJANA <u>ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)</u> • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>3</b> KCal. 713 H.C. 73 Lip. 32 P. 34 LENTEJAS A LA HORTELANA TORTILLA DE CALABACIN • RODAJAS DE TOMATE YOGUR <u>PAN SIN GLUTEN</u>
<b>6</b> KCal. 662 H.C. 50 Lip. 43 P. 18 <u>BROCOLI REHOGADO</u> <u>ALBONDIGAS DE TERNERA AL HORNO CON TOMATE</u> • PATATAS FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>7</b> KCal. 603 H.C. 61 Lip. 25 P. 34 FABADA MERLUZA AL HORNO • VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>8</b> KCal. 571 H.C. 58 Lip. 29 P. 21 CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>9</b> KCal. 612 H.C. 80 Lip. 22 P. 26 <u>SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN)</u> COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>10</b> KCal. 885 H.C. 83 Lip. 48 P. 32 ARROZ CON TOMATE Y HUEVO CABALLA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR <u>PAN SIN GLUTEN</u>
<b>13</b> KCal. 594 H.C. 73 Lip. 21 P. 33 LENTEJAS CON CALABAZA <u>HUEVOS CON TOMATE Y PATATAS</u> FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>14</b> KCal. 554 H.C. 52 Lip. 25 P. 32 JUDÍAS VERDES REHOGADAS MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>15</b> KCal. 762 H.C. 86 Lip. 37 P. 22 <u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u> <u>MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ)</u> • PATATAS FRITAS <u>MAGDALENA SIN GLUTEN</u> <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>16</b> KCal. 626 H.C. 104 Lip. 19 P. 15 <u>MACARRONES SALTEADOS (PASTA SIN GLUTEN)</u> FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>17</b> KCal. 641 H.C. 65 Lip. 23 P. 44 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS RAPE EN SALSA VERDE YOGUR <u>PAN SIN GLUTEN</u>
		<b>22</b> KCal. 612 H.C. 80 Lip. 22 P. 26 <u>SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN)</u> COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>23</b> KCal. 524 H.C. 43 Lip. 32 P. 18 CREMA DE CALABACIN TORTILLA FRANCESA • CHAMPIÑON SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>24</b> KCal. 627 H.C. 70 Lip. 20 P. 43 LENTEJAS ESTOFADAS CALAMARES AL HORNO • ENSALADA VERDE YOGUR <u>PAN SIN GLUTEN</u>
<b>27</b> KCal. 584 H.C. 51 Lip. 35 P. 18 PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>28</b> KCal. 557 H.C. 65 Lip. 18 P. 35 JUDIAS BLANCAS CASERAS MERLUZA EN SALSA PIQUILLO CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>29</b> KCal. 468 H.C. 54 Lip. 21 P. 18 <u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u> POLLO ASADO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA <u>PAN SIN GLUTEN</u>	<b>30</b> KCal. 775 H.C. 99 Lip. 32 P. 28 <u>ESPAGUETIS CON TOMATE (PASTA SIN GLUTEN)</u> <u>ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)</u> • ENSALADA DE COLORES <u>BIZCOCHO CASERO DIETAS</u> <u>PAN SIN GLUTEN</u>	

# Marzo 2023

LAL00003: NO HUEVO

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<p><b>1</b> KCal. 561 H.C. 68 Lip. 24 P. 21</p> <p><u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u>            JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO            • PATATAS            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>2</b> KCal. 701 H.C. 69 Lip. 34 P. 33</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA  <u>ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)</u>            • ENSALADA DE COLORES            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>3</b> KCal. 685 H.C. 81 Lip. 21 P. 48</p> <p>LENTEJAS A LA HORTELANA  <u>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA</u>            • RODAJAS DE TOMATE            YOGUR            PAN</p>
<p><b>6</b> KCal. 697 H.C. 65 Lip. 40 P. 20</p> <p>BROCOLI REHOGADO            ALBONDIGAS EN SASA DE TOMATE            • PATATAS            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>7</b> KCal. 641 H.C. 71 Lip. 25 P. 37</p> <p>FABADA            MERLUZA AL HORNO            • VERDURAS            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>8</b> KCal. 609 H.C. 67 Lip. 29 P. 24</p> <p>CREMA DE CALABAZA            POLLO ASADO            • ENSALADA DE COLORES            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>9</b> KCal. 650 H.C. 89 Lip. 22 P. 28</p> <p><u>SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN)</u>            COCIDO COMPLETO            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>10</b> KCal. 867 H.C. 91 Lip. 43 P. 31</p> <p>ARROZ CON TOMATE            CABALLA            • ENSALADA DEL TIEMPO            YOGUR            PAN</p>
<p><b>13</b> KCal. 598 H.C. 78 Lip. 14 P. 45</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA  <u>PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA</u>            • ENSALADA VERDE            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>14</b> KCal. 592 H.C. 61 Lip. 25 P. 34</p> <p>JUDÍAS VERDES REHOGADAS            MAGRO DE CERDO A LA CORDOBESA            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>15</b> KCal. 682 H.C. 83 Lip. 29 P. 26</p> <p><u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u>  <u>MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ)</u>            • PATATAS FRITAS            NATILLAS DE VAINILLA            PAN</p>	<p><b>16</b> KCal. 664 H.C. 113 Lip. 19 P. 17</p> <p><u>MACARRONES SALTEADOS (PASTA SIN GLUTEN)</u>            FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO A LA PLANCHA            • ENSALADA DE COLORES            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>17</b> KCal. 679 H.C. 75 Lip. 23 P. 47</p> <p>ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS            RAPE EN SALSA VERDE            YOGUR            PAN</p>
		<p><b>22</b> KCal. 650 H.C. 89 Lip. 22 P. 28</p> <p><u>SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN)</u>            COCIDO COMPLETO            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>23</b> KCal. 439 H.C. 58 Lip. 15 P. 21</p> <p>CREMA DE CALABACIN            DELICIAS DE PAVO            • CHAMPIÑON SALTEADO            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>24</b> KCal. 665 H.C. 80 Lip. 20 P. 45</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS            CALAMARES AL HORNO            • ENSALADA VERDE            YOGUR            PAN</p>
<p><b>27</b> KCal. 568 H.C. 62 Lip. 27 P. 23</p> <p>PURE DE VERDURAS            LAÇON AL HORNO            • ENSALADA DEL TIEMPO            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>28</b> KCal. 595 H.C. 75 Lip. 18 P. 38</p> <p>JUDIAS BLANCAS CASERAS            MERLUZA EN SALSA PIQUILLO CON PATATA            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>29</b> KCal. 506 H.C. 63 Lip. 20 P. 20</p> <p><u>SOPA DE ARROZ (DIETAS)</u>            POLLO ASADO            • VERDURITAS            FRUTA DE TEMPORADA            PAN</p>	<p><b>30</b> KCal. 759 H.C. 106 Lip. 26 P. 32</p> <p><u>ESPAGUETIS CON TOMATE (PASTA SIN GLUTEN)</u>  <u>ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ)</u>            • ENSALADA DE COLORES            NATILLAS DE VAINILLA            PAN</p>	