



2023 noviembre



lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

ICONO  
GRAFÍA



01

FIESTA

02



VERDURAS  
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA  
MAHONESA CASERA  
FRUTA  
PAN  
KCal. 713 H.C. 74 Lip. 35 P. 29

03

km.0

ALUBIAS BLANCAS  
LOMO DE CERDO FRESCO EMPANADO  
PIMIENTOS ROJOS  
YOGUR NATURAL  
PAN  
KCal. 767 H.C. 88 Lip. 26 P. 50

06



LENTEJAS ECOLOGICAS  
TORTILLA DE PATATAS  
LECHUGA  
FRUTA  
PAN  
KCal. 801 H.C. 103 Lip. 30 P. 35

07



VERDURAS  
FILETE DE POLLO REBOZADO  
PIMIENTOS ROJOS  
FRUTA  
PAN  
KCal. 707 H.C. 80 Lip. 27 P. 39

08

GARBANZOS  
BACALAO CON TOMATE  
FRUTA  
PAN  
KCal. 852 H.C. 101 Lip. 27 P. 56

09



SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS  
GUISADO DE PAVO  
CHAMPIÑONES  
FRUTA  
PAN  
KCal. 522 H.C. 65 Lip. 13 P. 40

10



MACARRONES CON BOLOÑESA  
VEGETAL  
MERLUZA FRESCA A LA ROMANA  
LIMON  
YOGUR NATURAL  
PAN  
KCal. 809 H.C. 95 Lip. 30 P. 40

13



VERDURAS  
MUSLO DE POLLO ASADO  
CHAMPIÑONES  
FRUTA  
PAN  
KCal. 581 H.C. 71 Lip. 22 P. 28

14



PATATAS A LA RIOJANA  
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA  
LECHUGA  
FRUTA  
PAN  
KCal. 777 H.C. 89 Lip. 34 P. 35

15



LENTEJAS ECOLOGICAS  
ARROZ ECOLOGICO CON TOMATE  
FRUTA  
PAN  
KCal. 857 H.C. 161 Lip. 15 P. 30

16



VERDURAS  
SAN JACOBO CASERO  
LECHUGA  
FRUTA  
PAN  
KCal. 710 H.C. 91 Lip. 30 P. 24

17



ALUBIAS ROJAS  
TORTILLA DE PATATAS  
PIMIENTOS ROJOS  
YOGUR NATURAL  
PAN  
KCal. 797 H.C. 100 Lip. 29 P. 40

20



ARROZ ECOLOGICO CON TOMATE  
CENTROS DE MERLUZA EN SALSAS VERDES  
FRUTA  
PAN  
KCal. 741 H.C. 126 Lip. 17 P. 30

21

ALUBIAS BLANCAS  
PECHUGA DE PAVO PLANCHA  
PIMIENTOS ROJOS  
PAN  
KCal. 637 H.C. 71 Lip. 20 P. 48

22



VERDURAS  
RAGOUT DE LOMO  
CHAMPIÑONES  
FRUTA  
PAN  
KCal. 736 H.C. 76 Lip. 31 P. 41

23



MACARRONES ECOLÓGICOS CON  
TOMATE  
ESCALOPE DE CERDO A LA MILANESA  
LECHUGA  
PASTEL DE QUESO  
PAN  
KCal. 1042 H.C. 104 Lip. 51 P. 44

24



LENTEJAS ECOLOGICAS  
MERLUZA FRESCA A LA ROMANA  
LIMON  
FRUTA  
PAN  
KCal. 692 H.C. 85 Lip. 25 P. 37

27

FIESTA

28



LENTEJAS ECOLOGICAS  
ARROZ ECOLOGICO CON TOMATE  
FRUTA  
PAN  
KCal. 857 H.C. 161 Lip. 15 P. 30

29



VERDURAS  
LOMO DE CERDO FRESCO EMPANADO  
PATATAS CHIPS  
FRUTA  
PAN  
KCal. 824 H.C. 94 Lip. 36 P. 36

30

GARBANZOS  
BACALAO CON TOMATE  
FRUTA  
PAN  
KCal. 852 H.C. 101 Lip. 27 P. 56



IS

