

### Lunes

### Martes

### Miércoles

### Jueves

### Viernes

**3** KCal. 687 H.C. 65 Lip. 43 P. 12

ARROZ CON QUINOA Y ENDAMAE  
BROCOLI CON ACEITE  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**4** KCal. 388 H.C. 68 Lip. 6 P. 18

SOPA DE VERDURA CON PASTA SIN GLUTEN  
TORTILLA VEGANA DE PATATAS Y CEBOLLA  
• PIMIENTO GUARNICIÓN  
YOGUR DE SOJA  
PAN

**5** KCal. 635 H.C. 100 Lip. 18 P. 23

JUDIAS VERDES CON PATATAS  
GARBANZOS CON VERDURA  
• LECHUGA Y MAIZ  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**6** KCal. 634 H.C. 89 Lip. 23 P. 20

CREMA DE ALUBIAS  
HAMBURGUESA COL KALE Y QUINOA  
• CEBOLLA Y PIMIENTO VERDE  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**7** KCal. 1607 H.C. 359 Lip. 10 P. 41

MENESTRA DE VERDURAS  
MACARRONES BOLOÑESA VEGETAL SIN GLUTEN  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**10** KCal. 507 H.C. 84 Lip. 12 P. 21

COLIFLOR CON PATATA  
LENTEJAS GUIADAS  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**11** KCal. 491 H.C. 73 Lip. 16 P. 17

MACARRONES CON VERDURA  
TORTILLA VEGANA DE PATATAS Y CEBOLLA  
• CALABACIN  
YOGUR DE SOJA  
PAN

**12** KCal. 621 H.C. 92 Lip. 18 P. 24

SOPA DE VERDURA CON PASTA SIN GLUTEN  
SALCHICHA VEGETAL DE TOFU  
• PATATA HORNO GUARNICIÓN  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**13** KCal. 1053 H.C. 129 Lip. 48 P. 25

PURE DE CALABACIN  
VARITA DE VERDURA  
• LECHUGA Y SOJA GERMINADA  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**14** KCal. 643 H.C. 95 Lip. 22 P. 10

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

**17** KCal. 561 H.C. 98 Lip. 14 P. 16

ESPAGUETIS CON ACEITUNAS NEGRAS Y TOMATE SIN GLUTEN  
TORTILLA VEGANA DE PATATAS Y CALABACIN  
• LECHUGA Y SOJA GERMINADA  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**18** KCal. 697 H.C. 83 Lip. 26 P. 34

PURE DE LEGUMBRE  
SALCHICHA VEGETAL DE TOFU  
• GUISANTES SALTEADOS  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**19** KCal. 705 H.C. 89 Lip. 32 P. 19

ARROZ CON HORTALIZAS  
ALBONDIGAS DE SOJA CON SALSA DE TOMATE  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**20** KCal. 513 H.C. 66 Lip. 16 P. 29

BROCOLI CON PATATAS  
LENTEJAS GUIADAS  
YOGUR DE SOJA  
PAN

**21** KCal. 440 H.C. 66 Lip. 16 P. 10

CREMA DE CALABAZA  
HAMBURGUESA COL KALE Y QUINOA  
• CHAMPIÑONES  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**24** KCal. 574 H.C. 70 Lip. 26 P. 19

COLIFLOR SALTEADA  
ARROZ CON CHAMPIÑONES  
YOGUR DE SOJA  
PAN

**25** KCal. 1110 H.C. 146 Lip. 45 P. 30

JUDIAS BLANCAS CON PIMIENTO Y ZANAHORIA  
COUS COUS CON VERDURAS  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**26** KCal. 442 H.C. 97 Lip. 2 P. 14

JUDIAS VERDES CON PATATAS  
ARROZ CON VERDURAS Y GARBANZOS  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**27** KCal. 453 H.C. 88 Lip. 8 P. 12

SOPA DE VERDURA CON PASTA SIN GLUTEN  
TORTILLA VEGANA DE PATATAS Y CEBOLLA  
• LECHUGA Y MAIZ  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN

**28** KCal. 1184 H.C. 163 Lip. 49 P. 23

MACARRONES CON TOMATE ALERGIAS  
VARITA DE VERDURA  
• GUISANTES SALTEADOS  
FRUTA DEL TIEMPO  
PAN