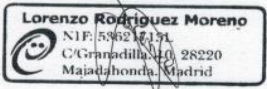


						DOMINGO 01
 <p>Menú valorado por nutricionista: COSEGAL - Lorenzo Rodriguez Moreno C/Granadilla, 10, 28220 Majadahonda N° Colegiado: MAD01494</p>						<p>SOPA DE VERDURAS</p> <p>JAMÓN VILLARROY</p> <p>FRUTA O LACTEO</p> <p>PROTEÍNAS: 40,7 H. DE CARBONO: 83,4 LÍPIDOS: 23,0 KCAL: 745</p>
REGISTRO SANITARIO: N°26.00007226/M	N.º REGISTRO NACIONAL DE TITULOS: 2009/024572					
LUNES 02	MARTES 03	MIÉRCOLES 04	JUEVES 05	VIERNES 06	SABADO 07	DOMINGO 08
GUISANTES AL AJILLO	MACARRONES CON TOMATE	PISTO MANCHEGO	SOPA DE COCIDO	ARROZ CON VERDURA	JUDIAS PINTAS CON ARROZ	CREMA DE CALABACIN
ALBONDIGAS EN SALSAS	POLLO AL CURRY	MERLUZA AL HORNO	COCIDO COMPLETO	EMPANADILLAS	JAMONCITOS DE POLLO	TORTILLA DE PATATAS
FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO
PROTEÍNAS: 32,5 H. DE CARBONO: 91,5 LÍPIDOS: 35,6 KCAL: 851	PROTEÍNAS: 45,9 H. DE CARBONO: 116 LÍPIDOS: 33,5 KCAL: 984	PROTEÍNAS: 30,1 H. DE CARBONO: 71,1 LÍPIDOS: 34,9 KCAL: 741	PROTEÍNAS: 33,4 H. DE CARBONO: 107 LÍPIDOS: 45,3 KCAL: 995	PROTEÍNAS: 31,8 H. DE CARBONO: 95,2 LÍPIDOS: 62,1 KCAL: 905	PROTEÍNAS: 50,4 H. DE CARBONO: 76,5 LÍPIDOS: 42,9 KCAL: 933	PROTEÍNAS: 31,8 H. DE CARBONO: 72,9 LÍPIDOS: 36,4 KCAL: 761
LUNES 09	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13	SABADO 14	DOMINGO 15
PISTO MANCHEGO	MENESTRA DE VERDURA	LENTEJAS	SOPA DE COCIDO	MACARRONES CON TOMATE	ENSALADA MIXTA CON ZANAHORIA	COLIFLOR GRATINADA
HUEVOS EN SALSAS	ESCALOPE DE POLLO	PANGA AL HORNO	COCIDO COMPLETO	TILAPIA EN SALSAS	CHULETA DE CERDO	CAZÓN AL HORNO
FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO
PROTEÍNAS: 21,8 H. DE CARBONO: 64,3 LÍPIDOS: 37,4 KCAL: 703	PROTEÍNAS: 45,9 H. DE CARBONO: 116 LÍPIDOS: 33,5 KCAL: 984	PROTEÍNAS: 36,0 H. DE CARBONO: 82,7 LÍPIDOS: 16,5 KCAL: 622	PROTEÍNAS: 45,9 H. DE CARBONO: 116 LÍPIDOS: 33,5 KCAL: 984	PROTEÍNAS: 40,6 H. DE CARBONO: 101 LÍPIDOS: 45,8 KCAL: 998	PROTEÍNAS: 49,6 H. DE CARBONO: 87,5 LÍPIDOS: 37,4 KCAL: 921	PROTEÍNAS: 47,6 H. DE CARBONO: 78,7 LÍPIDOS: 32,9 KCAL: 839
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20	SABADO 21	DOMINGO 22
LENTEJAS CON ARROZ	MACARRONES CON CHORIZO	ARROZ A LA MARINERA	SOPA DE COCIDO	GUISANTES REHOGADOS	JUDIAS PINTAS CON ARROZ	ESPAGUETIS CARBONARA
HAMBURGUESA AL HORNO	MERLUZA EN SALSAS	POLLO CON CHAMPIÑONES	COCIDO COMPLETO	TERNERA EN SALSAS	FOGONERO AL HORNO	ESCALOPE DE POLLO
FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO
PROTEÍNAS: 40,4 H. DE CARBONO: 88,7 LÍPIDOS: 29,3 KCAL: 818	PROTEÍNAS: 21,3 H. DE CARBONO: 83,5 LÍPIDOS: 21,5 KCAL: 631	PROTEÍNAS: 40,2 H. DE CARBONO: 85,9 LÍPIDOS: 42,9 KCAL: 933	PROTEÍNAS: 48 H. DE CARBONO: 73,5 LÍPIDOS: 54,6 KCAL: 994	PROTEÍNAS: 32,5 H. DE CARBONO: 69 LÍPIDOS: 22,3 KCAL: 624	PROTEÍNAS: 41,8 H. DE CARBONO: 81,1 LÍPIDOS: 21,7 KCAL: 728	PROTEÍNAS: 36,4 H. DE CARBONO: 91,2 LÍPIDOS: 46,2 KCAL: 945
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27	SABADO 28	
PATATAS GUIADAS	JUDÍAS VERDES REHOGADAS	CREMA DE VERDURA	SOPA DE COCIDO	ARROZ CON VERDURA	CREMA DE CALABACIN	
MERLUZA AL HORNO	LOMO AL HORNO	HUEVOS EN SALSAS	COCIDO COMPLETO	POLLO ASADO	MAGRO CON TOMATE	
FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	FRUTA O LACTEO	
PROTEÍNAS: 30,6 H. DE CARBONO: 74,5 LÍPIDOS: 12,5 KCAL: 555	PROTEÍNAS: 45,9 H. DE CARBONO: 116 LÍPIDOS: 33,5 KCAL: 984	PROTEÍNAS: 27,2 H. DE CARBONO: 91,1 LÍPIDOS: 49,4 KCAL: 942	PROTEÍNAS: 35,8 H. DE CARBONO: 77,6 LÍPIDOS: 43,7 KCAL: 888	PROTEÍNAS: 31,8 H. DE CARBONO: 95,2 LÍPIDOS: 62,1 KCAL: 905	PROTEÍNAS: 32 H. DE CARBONO: 68,2 LÍPIDOS: 22,4 KCAL: 622	