

VITA	HIERRO	CALCO	AGS	LIPIDOS	H. CARBONO	ENERGIA(Kcal)	PROTEINAS(g)
400	9	800	36	30-35%	2000	36	30-35%
35%	35%	200	10.3	74	764	36.9	30-35%
553	6,2	36	103	38	38	38	38
88	69						

Curiosidad: San Isidro Labrador (15 de mayo) quita el agua y trae el sol.

SEMANA DEL / WEEK FROM: 1 AL 5	SEMANA DEL / WEEK FROM: 6 AL 12	SEMANA DEL / WEEK FROM: 13 AL 19	SEMANA DEL / WEEK FROM: 20 AL 26	SEMANA DEL / WEEK FROM: 27 AL 31
<p>FESTIVO PUBLIC HOLIDAY</p> <p>FESTIVO PUBLIC HOLIDAY</p> <p>FESTIVO PUBLIC HOLIDAY</p> <p>SOPA DE PESCADO FISH SOUP</p> <p>HAMBURGUESA DE TERNERA CON PATATAS CHIPS BEEF HAMBURGER WITH CHIPS</p> <p>PIÑA EN ALMIBAR PEACH IN SYRUP</p> <p>JUDIAS PINTAS CON CHORIZO RED BEANS WITH CHORIZO</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA DAB FILLET WITH SALAD</p> <p>PURE DE VERDURAS VEGETABLES PUREE</p> <p>MAGRO DE PAVO EN PEPTORIA CON ARROZ LEAN OF TURKEY IN PEPTORIA SAUCE WITH RICE</p>	<p>CODITOS A LA BOLONESA PIPES WITH BOLOGNESE SAUCE</p> <p>MERLUZA A LA ROMANA CON CHAMPIÑONES SALTEADOS HAKE COVERED WITH BUTTER AND MUSHROOMS SAUTEED</p> <p>FRUTA Y LECHE FRUIT AND MILK</p> <p>LENTEJAS A LA BURGALESA BURGOS STYLE LENTILS</p> <p>TORTILLA ESPAÑOLA CON PISTO SPANISH OMELETTE WITH RATATOUILLE</p> <p>FRUTA FRUIT</p> <p>ESPINACAS A LA CREMA CON JAMON CREAMY SPINACHS WITH HAM</p> <p>ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSAS CON PATATAS VEAL MEAT BALLS IN SAUCE WITH POTATOES</p> <p>HELADO ICE CREAM</p> <p>SOPA DE AVE CON FIDEOS POULTRY SOUP WITH NOODLES</p> <p>POLLO ASADO EN SU JUGO CON ENSALADA ROAST CHICKEN IN AU JUS WITH SALAD</p> <p>FRUTA FRUIT</p> <p>SOPA DE VERDURAS VEGETABLES PUREE</p> <p>MAGRO DE PAVO EN PEPTORIA CON ARROZ LEAN OF TURKEY IN PEPTORIA SAUCE WITH RICE</p>	<p>LASAÑA NAPOLITANA NAPOLITAN LASAGNE</p> <p>LENGUADINA EN SALSA MARINERA DAB IN MARINADE SAUCE</p> <p>FRUTA Y LECHE FRUIT AND MILK</p> <p>PAELLA MIXTA DE CARNE Y VERDURAS MIXED PAELLA OF MEAT AND VEGETABLES</p> <p>HUEVOS VILLARROY CON ENSALADA VILLARROY STYLE EGGS WITH SALAD</p> <p>FRUTA FRUIT</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS MIXED VEGETABLES</p> <p>FILETE DE POLLO CON PATATAS FRITAS BRADED CHICKEN FILLET WITH CHIPS</p> <p>HELADO ICE CREAM</p> <p>FABADA ASTURIANA CON REPOLLO ASTURIAN BEANS STEW WITH CABBAGE</p> <p>CAZON ADOBADO CON ROSTI DE VERDURAS MARINATED DOGFISH WITH VEGETABLES POSTI</p> <p>FRUTA FRUIT</p> <p>CREMA DE PUERRO LEEK CREAM</p> <p>JAMON ASADO A LA PIÑA CON PATATAS PANADERAS ROAST HAM WITH PINEAPPLE AND BOULANGERE POTATOES</p> <p>YOGUR YOGURT</p>	<p>COLIFLOR REHOGADA SAUTE COLIFLOWER</p> <p>LOMO ADOBADO A LA PLANCHA CON PATATAS FRITAS MARINATED LOIN OF PORK WITH CHIPS</p> <p>FRUTA Y LECHE FRUIT AND MILK</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS STEWED LENTILS</p> <p>ATUN CON TOMATE TUNA WITH TOMATO SAUCE</p> <p>FRUTA FRUIT</p> <p>ARROZ CON TOMATE Y HUEVO COCIDO RICE WITH TOMATO AND BOILED EGG</p> <p>SALCHICHAS DE AVE CON ENSALADA POULTRY SAUSAGES WITH SALAD</p> <p>HELADO ICE CREAM</p> <p>CREMA DE CALABAZA PUMPKIN CREAM</p> <p>FILETE DE FOGONERO CON ENSALADA STOCKER FILLET WITH SALAD</p> <p>FRUTA FRUIT</p> <p>POTAJE CASTELLANO CASTILLIAN CHICK-PEAS STEW</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRENCH OMELETTE WITH SALAD</p> <p>YOGUR YOGURT</p>	<p>FIDEUA DE VERDURAS VEGETABLES FIDEUA</p> <p>VARITAS DE PESCADO ADOBADO CON AROS DE CEBOLLA MARINADE HAKE WANDS WITH ONION RINGS</p> <p>FRUTA Y LECHE FRUIT AND MILK</p> <p>ALUBIAS BLANCAS GUISADAS STEWED WHITE BEANS</p> <p>TORTILLA CON LONCHA DE JAMON YORK Y ENSALADA OMELETTE WITH SLICE OF HAM AND SALAD</p> <p>FRUTA FRUIT</p> <p>ENSALADA DE PATATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO, ATUN Y ACEITUNAS POTATO, CARROT, PEPPER, TUNA AND OLIVES SALAD</p> <p>JAMONCITOS DE POLLO CON PATATAS FRITAS CHICKEN LEGS WITH CHIPS</p> <p>HELADO ICE CREAM</p> <p>POTAJE CASTELLANO CASTILLIAN CHICK-PEAS STEW</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRENCH OMELETTE WITH SALAD</p> <p>YOGUR YOGURT</p>

*KCAL=KILOCALORIAS (KILOCALORIES), LP=LIPIDOS (LIPIDS), HC=HIDRATOS DE CARBONO (CARBOHYDRATES), C=CALCIO (CALCIUM), H=HIERRO (IRON), VIT-A=VITAMINA-A (VITAMIN-A), AGS=ACIDOS GRASOS SATURADOS (MONOUNSATURATED FATTY ACIDS).