



3		4	JUDÍAS VERDES CON PATATAS LOMO A LA RIOJANA POSTRE LÁCTEO	Kcal 645.8 Lípid 35.74 Prot 26.90 Hidr 49.10	5	ARROZ TRES DELICIAS LENGUADO EN SALSA VERDE HELADO	Kcal 763.8 Lípid 23.14 Prot 29.60 Hidr 107.2	6	ALUBIAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 683 Lípid 24.8 Prot 30.40 Hidr 72.50	7	SOPA DE FIDEOS ESTOFADO JARDINERA FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 577 Lípid 22.10 Prot 30.10 Hidr 61.20	
10	LENTEJAS CASTELLANA FILETE RUSO CON PIMIENTOS FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 773 Lípid 33.10 Prot 43.6 Hidr 66.20	11	CREMA DE VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 619 Lípid 29.30 Prot 26.20 Hidr 59.10	12 JORNADA HAWAIANA	PASTA EXOTICA CHULETAS EN SALSA HAWAI HELADO DE NATA-FRESA	Kcal 870 Lípid 42 Prot 32.8 Hidr 86	13	VERDURA DEL TIEMPO ALBÓNDIGAS CON TOMATE FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 632 Lípid 27 Prot 25.80 Hidr 67.40	14	ARROZ CON TOMATE PECHUGA DE POLLO CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO	Kcal 634 Lípid 15.90 Prot 31.70 Hidr 89.70
17	MACARRONES NAPOLITANA ALBÓNDIGAS EN SALSA CASERA FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 856 Lípid 36.20 Prot 35.90 Hidr 92.20	18	GARBANZOS ESTOFADOS DELICIAS DE MERLUZA CON TOMATE POSTRE LÁCTEO	Kcal 807 Lípid 31.80 Prot 38.90 Hidr 83.90	19	ARROZ CON VERDURITAS SALCHICHAS CON TOMATE FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 670 Lípid 38.70 Prot 22.60 Hidr 51.50	20	PATATAS GUIADAS PECHUGA DE POLLO CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO	Kcal 619 Lípid 33.80 Prot 48.90 Hidr 63.20	21	JUDÍAS VERDES SALTEADAS ESCALOPE MILANESA CON LECHUGA Y MAIZ POSTRE LÁCTEO	Kcal 590 Lípid 43.50 Prot 43.30 Hidr 34.90
24	ARROZ CON TOMATE SAN JACOBO CON ENSALADA TRICOLOR FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 617 Lípid 32.80 Prot 25.90 Hidr 85.20	25	JUDÍA VERDE CON PATATA BISTEC DE TERNERA CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO	Kcal 567 Lípid 43.90 Prot 47.30 Hidr 28.70	26	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS LENGUADO A LA MARINERA FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 549 Lípid 28.30 Prot 48 Hidr 48.60	27	PURÉ DE VERDURAS PECHUGA EMPANADA CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO	Kcal 592 Lípid 47.70 Prot 49 Hidr 23.80	28	TALLARINES CON TOMATE TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 599 Lípid 33.90 Prot 35.60 Hidr 68.10
31	VERDURA DEL TIEMPO LOMO ADOBADO CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 566 Lípid 40.40 Prot 42.50 Hidr 36.40	<p>¡Regístrate! y gana UN AÑO DE COMEDOR gratis</p> <p>Programa el gusto de crecer</p>											



	1	ARROS CON TOMATE LENGUADO A LA ROMANA CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO	Kcal 700 Lípid 42 Prot 45.90 Hidr 66.50	2	MACARRONES CARBONARA PECHUGA DE POLLO CON CHAMPIÑONES FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 626 Lípid 36.30 Prot 50.30 Hidr 55.90	3	LENTEJAS GUIADAS TORTILLA DE PATATA POSTRE LÁCTEO	Kcal 593 Lípid 34.70 Prot 48.70 Hidr 47.80	4	PATATAS A LA RIOJANA LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA HELADO	Kcal 647 Lípid 50.10 Prot 32.60 Hidr 47		
7	PAELLA LOMO EMPANADO CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 706 Lípid 42.40 Prot 43.30 Hidr 69.70	8	JUDÍAS VERDES CON BACÓN RAGOUT DE TERNERA HELADO	Kcal 513 Lípid 36.90 Prot 47.80 Hidr 28.80	9	GARBANZOS CON VERDURAS MAGRO A LA PLANCHA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 629 Lípid 38.80 Prot 50.50 Hidr 46.20	10	ESPIRALES CON TOMATE DELICIAS DE MERLUZA CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO	Kcal 618 Lípid 35.20 Prot 39.80 Hidr 66.30	11	CREMA DE ZANAHORIA JAMONCITOS DE POLLO EN PEPITORIA FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 583 Lípid 48 Prot 45.10 Hidr 23.50
14	PASTA PROSCIUTTO E FUNGHI ESCALOPINES EN SALSA FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 659 Lípid 43.20 Prot 39.40 Hidr 57.80	15	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS LENGUADO EN SALSA VERDE POSTRE LÁCTEO	Kcal 586 Lípid 31.40 Prot 52.20 Hidr 47.70	16	PURÉ DE VERDURAS ALBONDIGAS EN SALSA FRUTA DEL TIEMPO	Kcal 562 Lípid 43.20 Prot 43.50 Hidr 29.90	17	PATATAS BRAVAS PECHUGA DE POLLO CON ENSALADA POSTRE LÁCTEO	Kcal 590 Lípid 48.50 Prot 43.30 Hidr 28	18	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO	
21	VACACIONES DE VERANO													
28	29	30	<p>Entra en www.elgustodecrecer.es y descubre cómo puedes ganarlo</p> <p>! Bases depositadas ante Notario. Más información en www.elgustodecrecer.es Promoción válida hasta el 31 de Septiembre de 2010</p>											