



(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
			1	2	3	4	Kcal: 763 HC: 99 Prot: 38 Lip: 24
			Marmitako de atún Pollo asado con lechuga y zanahoria Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	Arroz con verduras Merluza andaluza con tomate provenzal Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	(**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta	(**) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta	
5	6	7	8	9	10	11	Kcal: 773 HC: 97 Prot: 36 Lip: 28
Tallarines con salsa de tomate con verduritas Tortilla francesa con ensalada tropical Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	Crema de calabacín Pinchos morunos con arroz pilaf Postre lácteo y pan (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	Paella mixta Merluza a la marinera con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	Borraja a la aragonesa Estofado a la jardinera con ensalada de tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	Alubias pintas estofadas Pollo asado con lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Patatas y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	
12	13	14	15	16	17	18	Kcal: 796 HC: 100 Prot: 37 Lip: 29
Coditos napolitana Chuleta a la plancha con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	Cocido de garbanzos Tortilla de patatas con lechuga y tomate Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	Arroz con tomate Croquetas de bacalao con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos	Acelgas con patatas salteadas Pollo en pepitoria con patatas dado Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	Lentejas estofadas Merluza a la plancha con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	(**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	
19	20	21	22	23	24	25	Kcal: 759 HC: 98 Prot: 37 Lip: 26
Judías verdes con patatas Albóndigas a la jardinera Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	Arroz con pollo al curry Bacalao en salsa verde con ensalada de tomate Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta	Sopa de pasta Huevos revueltos con jamón york, cebolla y queso con lechuga y zanahoria Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	Patatas con costillas Pollo asado con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Lácteos	Alubias blancas estofadas Merluza a la romana con lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos	(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	(**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	
26	27	28					Kcal: 770 HC: 101 Prot: 39 Lip: 25
Lentejas con arroz Palometa empanada con lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos	Borraja a la aragonesa Magro a la plancha con panaché de verduras Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	Macarrones carbonara Lomo al ajillo con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos					