



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
			1	2	3	4	Kcal: 756 HC: 102 Prot: 34 Lip: 24
			Marmitako de atún Pechuga de pollo con lechuga y zanahoria Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	Arroz con verduras Merluza andaluza con tomate provenzal Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	(**) 1º Pasta 2º Precocinados con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	(**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	
5	6	7	8	9	10	11	Kcal: 779 HC: 98 Prot: 40 Lip: 27
Tallarines con salsa de tomate con verduritas Tortilla de patatas con ensalada tropical Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	Crema de calabacín Escalopines en salsa con arroz pilaf Postre lácteo y pan (*) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	Paella mixta Merluza rebozada con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	Borraja a la aragonesa San Jacobo con ensalada de tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	Alubias pintas estofadas Pollo al chilindrón Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	(**) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	
12	13	14	15	16	17	18	Kcal: 784 HC: 105 Prot: 42 Lip: 23
Coditos napolitana Magro en salsa con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	Cocido de garbanzos Tortilla francesa con lechuga y tomate Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	Arroz con tomate Empanadillas de atún con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	Acelgas con patatas salteadas Pollo asado con patatas dado Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	Lentejas estofadas Merluza a la romana con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (*) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	
19	20	21	22	23	24	25	Kcal: 746 HC: 93 Prot: 36 Lip: 25
Judías verdes con patatas Hamburguesa con champiñones Fruta y pan (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Pasta y Lácteos	Arroz con pollo al curry Delicias de bacalao con ensalada de tomate Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	Sopa de pasta Tortilla de patatas con lechuga y zanahoria Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	Patatas con costillas Pollo al chilindrón con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	Alubias blancas estofadas Merluza al horno con lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	(**) 1º Pasta 2º Precocinados con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	
26	27	28					Kcal: 768 HC: 93 Prot: 41 Lip: 27
Lentejas con arroz Palometa en salsa con lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta	Borraja a la aragonesa Estofado a la jardinera Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	Macarrones carbonara Filete de lomo en salsa con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos					