



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

| lunes | martes | miércoles | jueves | viernes | sábado | domingo | I. Nutricional |
|--|--|---|--|---|--|---|--|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | Kcal: 1068 HC: 139 Prot: 53 Lip: 33 |
| | | | 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 Carne Magra con Patatas y Fruta | (**) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta | (**) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta | |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | Kcal: 1082 HC: 136 Prot: 49 Lip: 39 |
| Tallarines con salsa de tomate con verduritas Tortilla francesa con ensalada tropical Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos | Crema de calabacín Pinchos morunos con arroz pilaf Postre lácteo y pan (*) 1º Legumbres 2º Precocinados con Verdura y Fruta | Paella mixta Merluza a la marinera con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta | Borraja a la aragonesa Estofado a la jardinera con ensalada de tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos | Alubias pintas estofadas Pollo asado con lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos | (**) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos | (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta | |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | Kcal: 1014 HC: 140 Prot: 51 Lip: 40 |
| Coditos napolitana Chuleta a la plancha con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos | Cocido de garbanzos Tortilla de patatas con lechuga y tomate Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta | Arroz con tomate Croquetas de bacalao con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos | Acelgas con patatas salteadas Pollo en pepitoria con patatas dado Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos | Lentejas estofadas Merluza a la romana con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos | (**) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta | (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta | |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | Kcal: 1063 HC: 137 Prot: 51 Lip: 36 |
| Judías verdes con patatas Albóndigas a la jardinera Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Precocinados con Verdura y Lácteos | Arroz con pollo al curry Bacalao en salsa verde con ensalada de tomate Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta | Sopa de pasta Huevos revueltos con jamón york, cebolla y queso con lechuga y zanahoria Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos | Patatas con costillas Pollo asado con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos | Alubias blancas estofadas Merluza andaluza con lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos | (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta | (**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos | |
| 26 | 27 | 28 | | | | | Kcal: 1077 HC: 141 Prot: 54 Lip: 34 |
| Lentejas con arroz Palometa empanada con lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta | Borraja a la aragonesa Magro a la plancha con panaché de verduras Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta | Macarrones carbonara Lomo al ajillo con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta | | | | | |