



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
				1	2	3	Kcal: 613 HC: 81 Prot: 32 Lip: 18
4	5	6	7	8	9	10	Kcal: 608 HC: 78 Prot: 30 Lip: 21
11	12	13	14	15	16	17	Kcal: 616 HC: 81 Prot: 31 Lip: 20
18	19	20	21	22	23	24	Kcal: 610 HC: 83 Prot: 28 Lip: 20
25	26	27	28	29	30		Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0

Lentejas estofadas
Merluza a la romana con ensalada
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos

(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos
(*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta

(**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta
(*) 1º Verdura 2º Precocinados con Patatas y Lácteos

Judías verdes con patatas
Albóndigas a la jardinera
Fruta y pan
(*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos

Arroz con pollo al curry
Delicias de bacalao con ensalada de tomate
Postre lácteo y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta

Sopa de pasta
Tortilla de patatas con lechuga y zanahoria
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos

Alubias blancas estofadas
Merluza con jamón y queso con lechuga
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos

Patatas con costillas
Pechuga de pollo con lechuga y maíz
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta

Lentejas con arroz
Palometa en salsa con lechuga
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta

Borrajita a la aragonesa
San Jacobo con ensalada
Postre lácteo y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta

Macarrones carbonara
Tortilla de patatas con lechuga y olivas negras
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos

Garbanzos estofados
Salchichas frescas con ensalada tropical
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos

Arroz con tomate
Lomo al ajillo con lechuga y maíz
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos

(**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta
(*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos

(**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta
(*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos

Arroz milanesa
Tortilla francesa con lechuga y zanahoria
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos

Sopa de pasta
Albóndigas de atún en salsa verde
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta

Alubias blancas estofadas
Magro a la plancha con lechuga y tomate
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos

Judías verdes con patatas
Pollo guisado con manzana y cebolla
Fruta y pan
(*) 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Lácteos

Macarrones con tomate
Hamburguesa con ensalada
Helado y pan
(*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta

(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos
(*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta

(**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta
(*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos

VACACIONES
(**) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos
(*) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta

(**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos
(*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta

DE
(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta
(*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta

(**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos
(*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta

VERANO
(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos
(*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta

(**) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta
(*) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos

Kcal: 0
HC: 0
Prot: 0
Lip: 0