



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
				1	2	3	Kcal: 795 HC: 99 Prot: 36 Lip: 28
4	5	6	7	8	9	10	Kcal: 759 HC: 98 Prot: 37 Lip: 26
11	12	13	14	15	16	17	Kcal: 770 HC: 101 Prot: 39 Lip: 25
18	19	20	21	22	23	24	Kcal: 780 HC: 98 Prot: 36 Lip: 29
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 Huevos con Patatas y Fruta

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

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

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

Arroz con pollo al curry
Bacalao en salsa verde con ensalada de tomate
Postre lácteo y pan
(*) 1º Verdura 2º Huevos 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 Carne Magra con Arroz y Lácteos

Alubias blancas estofadas
Merluza al horno con lechuga
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos

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

Lentejas con arroz
Palometa empanada con lechuga
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta

Borrajá a la aragonesa
San Jacobo con ensalada
Postre lácteo y pan
(*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta

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

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

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

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

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

Arroz milanesa
Huevos gratinados con tomate con lechuga y zanahoria
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Precocinados con Legumbres y Lácteos

Sopa de pasta
Albóndigas de atún en salsa verde con ensalada de tomate
Fruta y pan
(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos

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

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

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

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

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

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

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

DE
(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta
(*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos

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

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

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