



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
				1	2	3	
				Fideuá de pescado Bistec de magro a la plancha con pimientos Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	(**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	(**) 1º Arroz 2º Precocinados con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	Kcal: 1101 HC: 148 Prot: 49 Lip: 34
4	5	6	7	8	9	10	
Judías verdes con patatas Delicias de bacalao con lechuga Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Arroz y Fruta	Garbanzos estofados Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	FESTIVO (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	FESTIVO (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	FESTIVO (**) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	(**) 1º Legumbres 2º Precocinados con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta	Kcal: 1059 HC: 143 Prot: 48 Lip: 33
11	12	13	14	15	16	17	
Tallarines con salsa de tomate con verduritas Tortilla de patatas con ensalada tropical Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	Crema de calabacín Escalopines en salsa con arroz pilaf Postre lácteo y pan (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	Paella mixta Delicias de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos	Borraja a la aragonesa San Jacobo con ensalada de tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	Alubias pintas estofadas Pollo al chilindrón con lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	(**) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	Kcal: 1091 HC: 137 Prot: 55 Lip: 37
18	19	20	21	22	23	24	
Coditos napolitana Magro en salsa con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	Garbanzos con espinacas Tortilla francesa con lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos	Acelgas con patatas salteadas Empanadillas de atún con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Pescado con Arroz y Fruta	Lentejas estofadas Pollo asado con patatas dado Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Copa de chocolate y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	(**) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	Kcal: 1097 HC: 146 Prot: 58 Lip: 32
25	26	27	28	29	30	31	
VACACIONES (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	(**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Fruta	DE (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	NAVIDAD (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	(**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	(**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0