



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
	1 FESTIVO (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	2 Alubias blancas estofadas Magro a la plancha con lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	3 Judías verdes con patatas Pollo asado con manzana y cebolla Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Huevos con Patatas y Fruta	4 Patatas a la riojana Delicias de bacalao con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	5 (**) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta (*) 1º Legumbres 2º Precocinados con Verdura y Lácteos	6 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	Kcal: 780 HC: 98 Prot: 36 Lip: 28
7 Lentejas estofadas Merluza a la romana con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Lácteos	8 Crema de verduras Pollo asado al romero con lechuga y tomate Postre lácteo y pan (*) 1º Patatas 2º Carne con Pasta y Fruta	9 Acelgas salteadas con bacon Canelones gratinados con ensalada tropical Fruta y pan (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Patatas y Lácteos	10 Arroz con tomate Tortilla francesa con lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos	11 Fideuá de pescado Ragout de ternera con pimientos Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	12 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	13 (**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	Kcal: 785 HC: 101 Prot: 38 Lip: 27
14 Judías verdes con patatas Bacalao con tomate con lechuga Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	15 Garbanzos estofados Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta	16 Sopa de cocido con pasta Albóndigas en salsa con patatas dado Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	17 JORNADA BRASILEÑA Crema de maíz Lomo de cerdo con bananas Quindim y pan (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	18 Arroz con verduras Merluza andaluza con tomate provenzal Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	19 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	20 (**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	Kcal: 764 HC: 100 Prot: 39 Lip: 25
21 Tallarines con salsa de tomate con verduritas Tortilla francesa con ensalada tropical Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	22 Crema de calabacín Pinchos morunos con arroz pilaf Postre lácteo y pan (*) 1º Patatas 2º Precocinados con Verdura y Fruta	23 Paella mixta Merluza a la marinera con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	24 Borraja a la aragonesa Estofado a la jardinera con ensalada de tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	25 Alubias pintas estofadas Pollo asado con tomates y pimientos Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	26 (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	27 (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	Kcal: 773 HC: 97 Prot: 36 Lip: 28
28 Coditos napolitana Chuleta a la plancha con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	29 Garbanzos con espinacas Tortilla de patatas con lechuga y tomate Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	30 Arroz con tomate Croquetas de jamón con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	31 Acelgas con patatas salteadas Pollo en pepitoria con patatas dado Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta				Kcal: 796 HC: 100 Prot: 37 Lip: 29