



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
				1	2	3	Kcal: 783 HC: 104 Prot: 41 Lip: 23
4	5	6	7	8	9	10	Kcal: 746 HC: 93 Prot: 36 Lip: 25
11	12	13	14	15	16	17	Kcal: 768 HC: 93 Prot: 41 Lip: 27
18	19	20	21	22	23	24	Kcal: 782 HC: 106 Prot: 36 Lip: 25
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 Legumbres y Lácteos)

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

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

Judías verdes con patatas
Hamburguesa con champiñones
Fruta y pan
(* 1º Legumbres 2º Precocinados con Pasta y Lácteos)

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

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

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 Patatas y Lácteos)

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

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

Lentejas con arroz
Palometa en salsa con lechuga
Fruta y pan
(* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta)

Borraja a la aragonesa
Estofado a la jardinera con panaché de verduras
Postre lácteo y pan
(* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)

Macarrones carbonara
Tortilla francesa con lechuga y olivas negras
Fruta y pan
(* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)

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

Arroz con tomate
Filete de lomo en salsa con lechuga y maíz
Fruta y pan
(* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos)

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

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

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

Sopa de pasta
Merluza a la plancha con ensalada de tomate
Fruta y pan
(* 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos)

Alubias blancas estofadas
Escalope con lechuga y tomate
Fruta y pan
(* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos)

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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