

| Lunes   | Martes  | Miércoles   | Jueves   | Viernes  | Sábado   | Domingo  | I. Nutricional                             |
|---|---|---|--|--|--|--|--|
|   |   |   |  |  | 1<br>(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta        | 2<br>(**) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos  | Kcl: 0<br>HC: 0<br>Prot: 0<br>Lip: 0       |
| 3<br>(**) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta<br>(* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta  | 4<br>(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos   | 5<br>(**) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta   | 6<br>(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta<br>(* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos   | 7<br>(**) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta  | 8<br>(**) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos<br>(* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta     | 9<br>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos<br>(* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta    | Kcl: 0<br>HC: 0<br>Prot: 0<br>Lip: 0       |
| 10<br>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta<br>(* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos   | 11<br>Coditos a la napolitana<br>Chuleta a la plancha con ensalada de lechuga y maíz<br>Postre lácteo y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta | 12<br>Arroz con salsa de tomate<br>Croquetas de jamón con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria)<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos | 13<br>Salteado de acelgas con patatas<br>Pollo en pepitoria con patatas dado<br>Fruta y pan<br>(* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta   | 14<br>Lentejas estofadas con verduras<br>Filete de merluza a la romana con ensalada<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos             | 15<br>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta<br>(* 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos       | 16<br>(**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos  | Kcl: 796<br>HC: 100<br>Prot: 37<br>Lip: 29 |
| 17<br>Judías verdes salteadas con patatas<br>Pollo asado con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan<br>(* 1º Pasta 2º Huevos con Legumbres y Lácteos | 18<br>Arroz con pollo al curry<br>Bacalao en salsa verde con ensalada de tomate<br>Postre lácteo y pan<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta            | 19<br>Sopa de pasta<br>Albóndigas a la jardinera<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta   | 20<br>Alubias estofadas con verduras<br>Revuelto de jamón york, cebolla y queso con ensalada de lechuga y zanahoria<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos | 21<br>Patatas estofadas con costillas<br>Merluza con jamón y queso con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos | 22<br>(**) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos<br>(* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta      | 23<br>(**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos | Kcl: 759<br>HC: 98<br>Prot: 37<br>Lip: 26  |
| 24<br>Lentejas estofadas con arroz<br>Palometa empanada con ensalada de lechuga<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta            | 25<br>Borrajá a la aragonesa<br>Bistec de magro a la plancha con panaché de verduras<br>Postre lácteo y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta   | 26<br>Macarrones a la carbonara<br>Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y aceitunas<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos                   | 27<br>Garbanzos estofados<br>San Jacobo con ensalada tropical<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos   | 28<br>Arroz con salsa de tomate<br>Lomo al ajillo con ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos                 | 29<br>(**) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta | 30<br>(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos    | Kcl: 770<br>HC: 101<br>Prot: 39<br>Lip: 25 |

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