

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años

Kcal: 568,97 / 682,77

Prot (g): 26,52 / 31,82

Lip (g): 21,94 / 26,33

HC (g): 66,19 / 79,42

Macarrones carbonara

Cordón blue con ensalada

Fruta y pan

Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años

Lentejas con chorizo

Pechuga de pollo con salsa de miel y mostaza con ensalada

Fruta y pan

Kcal: 611,18 / 733,42

Cazuela de arroz con pollo

Suprema de atún con tomate

Yogur y pan

Prot (g): 35,34 / 42,41

Judías verdes con patata

Cinta de lomo fresca a la jardinera

Fruta y pan

Lip (g): 20,25 / 24,29

Garbanzos guisados

Tortilla francesa con ensalada

Fruta y pan

HC (g): 71,95 / 86,34

Lentejas campesina

Abadejo en salsa verde con guisantes y huevo duro

Fruta y pan

Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años

Arroz con salsa de tomate

Jamonicitos al chilindrón con ensalada

Fruta y pan

Kcal: 606,74 / 728,09

Borraja con patatas

Tortilla de patata y cebolla con ensalada

Yogur y pan

Prot (g): 27,94 / 33,53

Coditos boloñesa

Salmon horneado al eneldo con ensalada

Fruta y pan

Lip (g): 23,88 / 28,66

Crema de calabacín

Albóndigas mixtas en salsa española

Fruta y pan

HC (g): 69,78 / 83,74

Espirales con salsa de tomate y atún

Abadejo en salsa de pimientos

Fruta y pan

Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años

Garbanzos con verduras

Croquetas de jamón con ensalada

Fruta y pan

Kcal: 608,46 / 730,15

Paella de verduras

Hamburguesa en salsa barbacoa con ensalada

Yogur y pan

Prot (g): 29,12 / 34,95

Lenteja a la riojana

Tortilla de patatas y atún con ensalada

Fruta y pan

Lip (g): 22,42 / 26,90

Acelgas con patatas

Contramuslo de pollo en salsa de champiñón

Fruta y pan

HC (g): 72,33 / 86,80

Arroz a banda

Bacalao a la siciliana con ensalada

Fruta y pan

Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años

Judías verdes con patata

Albóndigas mixtas en salsa española

Fruta y pan

Kcal: 569,01 / 682,82

Alubias blancas con verduras

Tortilla de patata y cebolla con ensalada

Yogur y pan

Prot (g): 27,58 / 33,10

Macarrones con salsa de tomate

Abadejo al horno con ensalada

Fruta y pan

Lip (g): 19,71 / 23,65

HC (g): 70,12 / 84,15