

LUNES

BASAL

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

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

3

4

5

6

Arroz campesina

9

Jamonicitos de pollo al horno con ensalada

Fruta y pan

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

Sopa de cocido con lluvia

10

Cordón blue con ensalada

Fruta y pan

Kcal: 599,05 / 748,82

Coditos en salsa de tomate

11

Palometa en salsa de zanahoria

Yogur y pan

Prot (g): 26,15 / 32,68

Lentejas castellanas

12

Tortilla francesa con ensalada

Fruta y pan

Lip (g): 22,42 / 28,02

Borrajitas con patatas

13

Salchichas frescas de ave al horno

Fruta y pan

HC (g): 77,06 / 96,32

Espirales napolitana

16

Salmón horneado al eneldo con ensalada

Fruta y pan

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

Acelgas con patatas

17

Contramuslo de pollo al ajillo

Fruta y pan

Kcal: 594,58 / 743,22

Crema parmentier

18

Hamburguesa de ternera al horno

Yogur y pan

Prot (g): 27,71 / 34,64

Arroz con salsa de tomate

19

Filete de merluza en salsa de pimientos con ensalada

Fruta y pan

Lip (g): 22,93 / 28,66

Lentejas con zanahoria

20

Tortilla de patata y cebolla con ensalada

Fruta y pan

HC (g): 69,16 / 86,46

23

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

Lentejas con chorizo

24

Pechuga de pollo con salsa de miel y mostaza con ensalada

Fruta y pan

Kcal: 580,62 / 725,78

Cazuela de arroz con pollo

25

Suprema de atún con tomate

Yogur y pan

Prot (g): 33,57 / 41,97

Judías verdes con patata

26

Cinta de lomo fresca a la jardinera

Fruta y pan

Lip (g): 19,23 / 24,04

Garbanzos guisados

27

Tortilla francesa con ensalada

Fruta y pan

HC (g): 68,35 / 85,44

30

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