

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| <p>1</p> <p>Acelgas con patatas</p> <p>Albóndigas mixtas de cerdo y ternera en salsa española</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>kcal: 668,14 / 567,92</small></p> <p><small>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</small></p> | <p>2</p> <p>Guiso de alubias blancas con verduras</p> <p>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Yogur y pan</p> <p><small>Prot (g): 33,71 / 28,65</small></p> | <p>3</p> <p>Espirales napolitana</p> <p>Filete de abadejo al horno con ajitos y pimentón con ensalada de lechuga</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>Lip (g): 20,64 / 17,54</small></p> | <p>4</p> <p>Estofado de lentejas con puerros</p> <p>Pechuga de pollo con miel y mostaza</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>HC (g): 82,83 / 70,40</small></p> | |
| <p>7</p> <p>Coditos a la carbonara</p> <p>Filete de fogonero en salsa de cebolla y maíz con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</small></p> | <p>8</p> <p>Judías verdes con patata</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno con ensalada de lechuga</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>kcal: 614,11 / 521,99</small></p> | <p>9</p> <p>Arroz rehogado con ajitos y salsa de tomate</p> <p>Tortilla de patatas con espinacas con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Yogur y pan</p> <p><small>Prot (g): 29,22 / 24,83</small></p> | <p>10</p> <p>Crema de zanahoria y champiñones</p> <p>Estofado de pollo al curry con verduras</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>Lip (g): 19,70 / 16,74</small></p> | <p>11</p> <p><small>HC (g): 76,56 / 65,08</small></p> |
| <p>14</p> <p>Espaguetis a la boloñesa</p> <p>Tortilla francesa con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</small></p> | <p>15</p> <p>Alubias blancas estofadas con verduras</p> <p>Nuggets de pescado con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>kcal: 637,52 / 541,89</small></p> | <p>16</p> <p>Judías verdes con patata</p> <p>Hamburguesa de ternera al horno con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Yogur y pan</p> <p><small>Prot (g): 28,40 / 24,14</small></p> | <p>17</p> <p>Lentejas guisadas con calabaza</p> <p>Magro de cerdo en salsa jardinera</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>Lip (g): 19,59 / 16,65</small></p> | <p>18</p> <p>Paella campera de pollo</p> <p>Filete de abadejo a la gallega</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>HC (g): 83,85 / 71,27</small></p> |
| <p>21</p> <p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</small></p> | <p>22</p> <p>Acelgas con patatas</p> <p>Filete de merluza en salsa verde</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>kcal: 577,00 / 490,45</small></p> | <p>23</p> <p>Macarrones con verduras en salsa de tomate</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Yogur y pan</p> <p><small>Prot (g): 27,53 / 23,40</small></p> | <p>24</p> <p>Guiso de garbanzos con romero</p> <p>Palometa en salsa de calabaza con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>Lip (g): 16,67 / 14,17</small></p> | <p>25</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Jamoncitos de pollo asado con ensalada de lechuga</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>HC (g): 74,61 / 63,42</small></p> |
| <p>28</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</small></p> | <p>29</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Albóndigas mixtas de ternera y cerdo con salsa de verduras</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>kcal: 561,88 / 477,60</small></p> | <p>30</p> <p>Lentejas guisadas con patatas</p> <p>Filete de fogonero con salsa de puerros</p> <p>Yogur y pan</p> <p><small>Prot (g): 27,69 / 23,54</small></p> | <p>31</p> <p>Sopa con lluvia y zanahorias</p> <p>Escalope de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p><small>Lip (g): 19,88 / 16,90</small></p> | <p><small>HC (g): 66,04 / 56,13</small></p> |