

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Arroz con salsa de tomate <b>2</b>	Menestra de verduras <b>3</b>	Lentejas guisadas con patatas <b>4</b>	Alubias blancas con jamón <b>5</b>	Alubias blancas con jamón <b>6</b>
Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria	Albóndigas mixtas de ternera y cerdo con salsa de verduras	Abadejo con salsa zanahoria	Salmón al horno con ensalada de lechuga y maíz	Salmón al horno con ensalada de lechuga y maíz
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogur y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan
Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años kcal: 589,97 / 737,47				
Macarrones con tomate <b>9</b>	Judías verdes con patata <b>10</b>	Paella campera <b>11</b>	Estofado de lentejas con judías verdes y zanahoria <b>12</b>	Patatas guisadas a la riojana <b>13</b>
Filete de jurel al horno con ajo y perejil	Tortilla de patata y cebolla con ensalada de lechuga y zanahoria	Magro de cerdo en salsa de vegetales	Filete de merluza en salsa de naranja y canela con ensalada de lechuga y maíz	Contramuslo de pollo asado con ensalada
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogur y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan
Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años kcal: 601,47 / 751,83				
Sopa de pollo con arroz y zanahoria <b>16</b>	Acelgas con patatas <b>17</b>	Guiso de alubias blancas con verduras <b>18</b>	Espirales napolitana <b>19</b>	Estofado de lentejas con puerros <b>20</b>
Cordón bleu con ensalada de lechuga y zanahoria	Albóndigas mixtas de cerdo y ternera en salsa española	Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz	Filete de abadejo al horno con ajitos y pimentón con ensalada de lechuga	Pechuga de pollo con miel y mostaza
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogur y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan
Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años kcal: 601,33 / 751,66				
Coditos a la carbonara <b>23</b>	Judías verdes con patata <b>24</b>	Arroz rehogado con ajitos y salsa de tomate <b>25</b>	Crema de zanahoria y champiñones <b>26</b>	Guiso de lentejas <b>27</b>
Merluza al horno con pimientos con ensalada de lechuga y zanahoria	Cinta de lomo fresca adobada al horno	Tortilla de patatas con espinacas con ensalada de lechuga y maíz	Estofado de pollo al curry con verduras	Filete de atún en salsa provenzal con ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogur y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan
Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años kcal: 601,83 / 752,28				
Espaguetis a la boloñesa <b>30</b>	Alubias blancas estofadas con verduras <b>31</b>	Nuggets de pescado con ensalada de lechuga y zanahoria		
Tortilla francesa con ensalada				
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan		
Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años kcal: 605,64 / 757,05				
		Prot (g): 26,98 / 33,72	Lip (g): 18,61 / 23,26	HC (g): 79,65 / 99,57