

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</p>	<p>kcal: 584,42 / 730,53</p>	<p>Prot (g): 25,55 / 31,93</p>	<p>Coditos a la boloñesa 1</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 20,11 / 25,14</p>	<p>Alubias blancas estofadas 2</p> <p>Salmón al horno con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 72,81 / 91,01</p>
<p>5</p> <p>Macarrones con salsa de tomate</p> <p>Filete de jurel al ajo-arriero</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</p>	<p>6</p> <p>Judías verdes con patatas</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 595,52 / 744,40</p>	<p>7</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Magro de cerdo en salsa con vegetales</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Prot (g): 25,22 / 31,53</p>	<p>8</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Filete de merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 17,20 / 21,50</p>	<p>9</p> <p>Patatas a la riojana</p> <p>Escalope de pollo al horno con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 80,59 / 100,73</p>
<p>12</p> <p>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</p>	<p>13</p> <p>kcal: 611,03 / 763,79</p>	<p>14</p> <p>Prot (g): 31,33 / 39,16</p>	<p>15</p> <p>Espirales con calabacín en salsa de tomate</p> <p>Merluza al horno con pimientos con ensalada de lechuga</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 18,95 / 23,69</p>	<p>16</p> <p>Estofado de lentejas con zanahorias</p> <p>Pechuga de pollo con miel y mostaza</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 75,09 / 93,86</p>
<p>19</p> <p>Coditos a la carbonara</p> <p>Filete de atún en salsa de tomate con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</p>	<p>20</p> <p>Judías verdes con patatas</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 600,15 / 750,19</p>	<p>21</p> <p>Paella de pescado</p> <p>Tortilla de patata y espinacas con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Prot (g): 28,04 / 35,05</p>	<p>22</p> <p>Crema parmentier</p> <p>Estofado de pollo con verduras</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 19,53 / 24,41</p>	<p>23</p> <p>Lentejas a la hortelana</p> <p>Filete de merluza al horno con limón con ensalada de lechuga</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 74,73 / 93,42</p>
<p>26</p> <p>Macarrones con tomate y atún</p> <p>Tortilla francesa con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</p>	<p>27</p> <p>Alubias blancas guisadas con verduras</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 616,11 / 770,14</p>	<p>28</p> <p>Judías verdes con patatas</p> <p>Hamburguesa de ternera al horno con</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Prot (g): 27,46 / 34,32</p>	<p>29</p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Estofado de cerdo a la jardinera con</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 18,27 / 22,84</p>	<p>30</p> <p>Paella con verduras y pollo</p> <p>Filete de abadejo con calabacín, tomate y cebolla con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 71,60 / 89,51</p>

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			<p>Coditos con salsa de tomate natural 1</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>Alubias blancas estofadas 2</p> <p>Salmón al horno con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p>
<p>Macarrones con salsa de tomate natural 5</p> <p>Filete de jurel al ajo -arriero</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>Judías verdes con patatas 6</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>Arroz con verduras 7</p> <p>Magro de cerdo en salsa con vegetales</p> <p>Yogur de soja y pan</p>	<p>Lentejas con verduras 8</p> <p>Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>Patatas guisadas con verduras 9</p> <p>Escalope de pollo al horno con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p>
12	13	14	<p>Espirales con calabacín en salsa de tomate 15</p> <p>Merluza al horno con pimientos con ensalada de lechuga</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>Estofado de lentejas con zanahoria 16</p> <p>Pechuga de pollo con miel y mostaza</p> <p>Fruta fresca y pan</p>
<p>Coditos con salsa de tomate natural 19</p> <p>Filete de atún en salsa de tomate con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>Judías verdes con patatas 20</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>Paella de pescado 21</p> <p>Tortilla de patata y espinacas con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Yogur de soja y pan</p>	<p>Crema parmentier 22</p> <p>Estofado de pollo con verduras</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>Lentejas a la hortelana 23</p> <p>Filete de merluza al horno con limón con ensalada de lechuga</p> <p>Fruta fresca y pan</p>
<p>Macarrones con tomate y atún 26</p> <p>Tortilla francesa con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>Alubias blancas guisadas con verduras 27</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>Judías verdes con patatas 28</p> <p>Pechuga de pavo al horno con</p> <p>Yogur de soja y pan</p>	<p>Lentejas estofadas 29</p> <p>Estofado de cerdo a la jardinera con</p> <p>Fruta fresca y pan</p>	<p>Paella con verduras y pollo 30</p> <p>Filete de abadejo con calabacín, tomate y cebolla con ensalada de lechuga v maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p>

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			Pasta (sin gluten, sin huevo) con salsa de tomate 1	Alubias blancas estofadas 2
			Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz	Salmón al horno con ensalada de lechuga y maíz
			Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten
Pasta (sin gluten, sin huevo) con salsa de tomate 5	Judías verdes con patatas 6	Arroz con verduras 7	Lentejas con verduras 8	Patatas guisadas con verduras 9
Filete de jurel al ajo -arriero	Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria	Magro de cerdo en salsa con vegetales	Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y maíz	Escalope de pollo al horno con ensalada
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten
12	13	14	Pasta con calabacín en salsa de tomate (sin gluten, sin huevo) 15	Estofado de lentejas con zanahoria 16
			Merluza al horno con pimientos con ensalada de lechuga	Pechuga de pollo con miel y mostaza
			Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten
Pasta(sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate 19	Judías verdes con patatas 20	Paella de pescado 21	Crema parmentier 22	Lentejas a la hortelana 23
Filete de atún en salsa de tomate con ensalada de lechuga y zanahoria	Cinta de lomo fresca al horno	Tortilla de patata y espinacas con ensalada de lechuga y maíz	Estofado de pollo con verduras	Filete de merluza la horno con limón con ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten
Pasta (sin gluten, sin huevo) con salsa de tomate 26	Alubias blancas guisadas con verduras 27	Judías verdes con patatas 28	Lentejas estofadas 29	Paella con verduras y pollo 30
Tortilla francesa con ensalada	Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria	Hamburguesa de ternera al horno (sin gluten, sin lactosa) con	Estofado de cerdo a la jardinera con	Filete de abadejo con calabacín, tomate y cebolla con ensalada de lechuga v maíz
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten