

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<p>2</p> <p>Arroz a la campesina</p> <p>Tortilla francesa 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>3</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo</p> <p>Filete de merluza en salsa verde con</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 603,81 / 754,76</p>	<p>4</p> <p>Espaguetis con salsa de tomate</p> <p>Tortilla de patata y cebolla con ensalada de lechuga</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Prot (g): 28,83 / 36,03</p>	<p>5</p> <p>Acelgas con patatas</p> <p>Palometa con salsa de tomate con</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 17,47 / 21,84</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno con ensalada de lechuga</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 78,04 / 97,55</p>
<p>9</p> <p>Macarrones con salsa de tomate</p> <p>Filete de jurel al ajo-arriero con</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</p>	<p>10</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Albóndigas mixtas de ternera y cerdo con verduras con</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 584,42 / 730,53</p>	<p>11</p> <p>Lentejas guisadas con patatas</p> <p>Cordón bleu de pavo con</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Prot (g): 25,55 / 31,93</p>	<p>12</p> <p>Coditos a la boloñesa</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>13</p> <p>Alubias blancas estofadas</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>16</p> <p>Sopa de pollo con arroz</p> <p>Cinta de lomo fresca adobada al horno 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>17</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>18</p> <p>Arroz con verduras</p> <p>Magro de cerdo en salsa con vegetales con</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Prot (g): 25,22 / 31,53</p>	<p>19</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Filete de merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga v maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 17,20 / 21,50</p>	<p>20</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>23</p> <p>Coditos a la carbonara</p> <p>Filete de atún en salsa de tomate con ensalada de lechuga v zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</p>	<p>24</p> <p>Acelgas con patatas</p> <p>Albóndigas mixtas de ternera y cerdo en salsa española con</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 611,03 / 763,79</p>	<p>25</p> <p>Guiso de alubias blancas caseras con arroz</p> <p>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Prot (g): 31,33 / 39,16</p>	<p>26</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>27</p> <p>Estofado de lentejas con zanahorias</p> <p>Pechuga de pollo con miel y mostaza con</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 75,09 / 93,86</p>
<p>30</p> <p>Filete de merluza en salsa verde con</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años</p>	<p>3</p> <p>Filete de merluza en salsa verde con</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 600,15 / 750,19</p>	<p>4</p> <p>Espaguetis con salsa de tomate</p> <p>Tortilla de patata y cebolla con ensalada de lechuga</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Prot (g): 28,04 / 35,05</p>	<p>5</p> <p>Acelgas con patatas</p> <p>Palometa con salsa de tomate con</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 19,53 / 24,41</p>	<p>6</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Cinta de lomo fresca al horno con ensalada de lechuga</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 74,73 / 93,42</p>

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde con Fruta fresca y pan sin gluten	3 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde con Fruta fresca y pan sin gluten	4 Pasta (sin gluten, sin huevo) con salsa de tomate Tortilla de patata y cebolla con ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	5 Acelgas con patatas Palometa con salsa de tomate con Fruta fresca y pan sin gluten	6 Crema de calabacín Cinta de lomo fresca al horno con ensalada de lechuga Fruta fresca y pan sin gluten
9 Arroz a la campesina Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin gluten	10 Menestra de verduras Albóndigas mixtas de ternera y cerdo con verduras (sin gluten, sin lactosa) con Fruta fresca y pan sin gluten	11 Lentejas guisadas con patatas Pechuga de pavo al horno con Yogur y pan sin gluten	12 Pasta (sin gluten, sin huevo) con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan sin gluten	13 Alubias blancas estofadas Salmón al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca y pan sin gluten
16 Pasta (sin gluten, sin huevo) con salsa de tomate Filete de jurel al ajo -arriero con Fruta fresca y pan sin gluten	17 Judías verdes con patatas Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin gluten	18 Arroz con verduras Magro de cerdo en salsa con vegetales con Yogur y pan sin gluten	19 Lentejas con verduras Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga v maíz Fruta fresca y pan sin gluten	20 Patatas guisadas con verduras Escalope de pollo al horno con ensalada Fruta fresca y pan sin gluten
23 Sopa de pollo con arroz Cinta de lomo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin gluten	24 Acelgas con patatas Albóndigas mixtas de ternera y cerdo en salsa española (sin gluten, sin lactosa) con Fruta fresca y pan sin gluten	25 Guiso de alubias blancas caseras con arroz Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan sin gluten	26 Pasta con calabacín en salsa de tomate (sin gluten, sin huevo) Merluza al horno con pimientos con ensalada de lechuga Fruta fresca y pan sin gluten	27 Estofado de lentejas con zanahoria Pechuga de pollo con miel y mostaza con Fruta fresca y pan sin gluten
30 Pasta(sin gluten, sin huevo) en salsa de tomate Filete de atún en salsa de tomate con ensalada de lechuga v zanahoria Fruta fresca y pan sin gluten				