

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, calabacín y zanahoria con picatostes - Lomo de atún al horno con tomate guisado - Patatas cocidas con aove y sal - Fruta: manzana - Pan ecológico <p>P: 17.32%, G: 25.50%, HC: 57.18%, Az: 24.23gr Sal: 2.60gr, AGS: 2.60gr, 608.39 Kcal</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas, maíz y zanahoria - Macarrones con tomate - Fruta: pera - Pan ecológico <p>P: 9.42%, G: 31.15%, HC: 59.43%, Az: 28.00gr Sal: 0.64gr, AGS: 2.69gr, 537.21 Kcal</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de garbanzos y estrellitas con pollo, patata y zanahoria - Merluza en salsa verde - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y palmito - Fruta: manzana - Pan integral <p>P: 19.52%, G: 26.21%, HC: 54.27%, Az: 19.82gr Sal: 6.77gr, AGS: 2.54gr, 627.21 Kcal</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz blanco salteado con guisantes, maíz, zanahorias y aceitunas - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Tomate aliñado - Yogurt de soja - Pan ecológico <p>P: 17.86%, G: 28.83%, HC: 53.30%, Az: 6.02gr Sal: 1.05gr, AGS: 3.22gr, 586.68 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patatas y zanahoria - Tortilla de patatas con cebolla - Verduras al vapor con calabacín, berenjena, patatas y cebolla - Fruta: naranja - Pan ecológico <p>P: 15.06%, G: 32.53%, HC: 52.42%, Az: 20.72gr Sal: 3.50gr, AGS: 3.21gr, 606.52 Kcal</p>
<p>7</p>	<p>8</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo, zanahoria y guisantes - Bacalao frito - Pisto de calabacín, cebolla, pimiento, patata y tomate al horno - Fruta: manzana - Pan integral <p>P: 13.97%, G: 33.30%, HC: 52.73%, Az: 19.74gr Sal: 4.07gr, AGS: 2.81gr, 648.75 Kcal</p>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con zanahoria, tomate, patata, cebolla y pimiento - Tortilla de patatas con calabacín - Pipirrana - Fruta: naranja - Pan ecológico <p>P: 14.99%, G: 29.42%, HC: 55.59%, Az: 16.86gr Sal: 2.09gr, AGS: 2.64gr, 539.67 Kcal</p>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas, maíz, atún y huevo duro - Macarrones con tomate - Yogurt de soja - Pan ecológico <p>P: 15.07%, G: 24.20%, HC: 60.73%, Az: 12.56gr Sal: 0.58gr, AGS: 2.26gr, 537.04 Kcal</p>
<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y patata - Albóndigas de pollo al horno con salsa de tomate y cebolla - Patatas gajo especiadas al horno - Fruta: naranja - Pan ecológico <p>P: 14.49%, G: 32.76%, HC: 52.75%, Az: 22.63gr Sal: 0.97gr, AGS: 3.08gr, 539.89 Kcal</p>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de garbanzos y fideos con pollo, patata y zanahoria - Palometa al horno con salsa de tomillo - Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y aceitunas - Fruta: pera - Pan ecológico <p>P: 21.30%, G: 22.37%, HC: 56.34%, Az: 21.33gr Sal: 6.63gr, AGS: 1.87gr, 623.54 Kcal</p>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceitunas - Arroz guisado con magro de cerdo - Yogurt de soja - Pan integral <p>P: 13.66%, G: 25.43%, HC: 60.91%, Az: 4.13gr Sal: 1.00gr, AGS: 2.70gr, 610.34 Kcal</p>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria - Tortilla francesa - Berenjena, pimiento, cebolla, calabacín, patata y tomate triturado al horno - Fruta: plátano - Pan ecológico <p>P: 14.35%, G: 27.96%, HC: 57.69%, Az: 29.57gr Sal: 1.40gr, AGS: 3.13gr, 559.58 Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espirales con tomate - Jurel al horno con aceite de oliva y perejil - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta: naranja - Pan ecológico <p>P: 18.41%, G: 35.03%, HC: 46.56%, Az: 23.27gr Sal: 1.18gr, AGS: 3.85gr, 640.68 Kcal</p>
<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con berenjena y calabacín - Pinchitos de pollo al horno - Patatas al horno - Fruta fresca - Pan ecológico <p>P: 16.82%, G: 34.60%, HC: 48.58%, Az: 17.62gr Sal: 0.90gr, AGS: 3.71gr, 647.91 Kcal</p>	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín - Rosada al horno - Berenjena, pimiento, cebolla, calabacín, patata y tomate triturado al horno - Yogurt de soja con chocolate - Pan ecológico <p>P: 20.32%, G: 30.12%, HC: 49.56%, Az: 22.24gr Sal: 3.90gr, AGS: 3.51gr, 468.84 Kcal</p>	<p>23</p>	<p>24</p>	<p>25</p>
<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>	<p>31</p>	<p>1</p>

F. Cáscara / Apio / Mostaza / Sésamo / SO2 / Moluscos / Altramuces / Gluten / Crustáceos / Huevos / Pescados / Cacahuets / Soja / Lácteos

* NOTA INFORMATIVA PARA PADRES Y MADRES

La fruta podrá ser sustituida por zumo de naranja ecológica natural u otra fruta debido a las fluctuaciones del mercado de temporada.

Elaborado por:

María de los Ángeles Álvarez (Colegiada nº 2148)

Catering El Cantaro. Tlf.: 951 10 27 48 - Ramón Hernández, 15. Polígono Villarosa. 29004 Málaga.