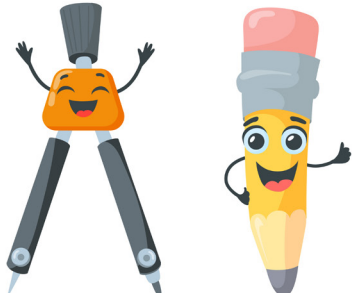


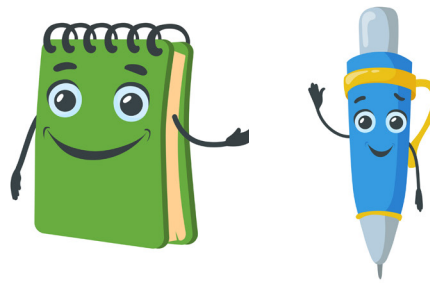
LUNES



MARTES



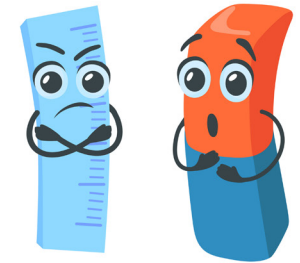
MIÉRCOLES



JUEVES



VIERNES



Ensalada de pasta (cebolla, pimiento verde y rojo, zanahoria, tomate y aceitunas)

Lomo de cerdo al ajillo con judías verdes salteadas

Postre: **Melocotón** **Pan Blanco** (mm)

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	505,61	573,02	707,85	NIÑAS
P/GI/Gr	13,1/45,9/27,4	14,8/52,0/31,1	14,8/64,3/38,4	
Au/SAT/Sal	12,7/5,9/0,9	14,3/6,6/1,0	17,7/8,2/1,3	
Kcal	573,02	606,73	775,27	NIÑOS
P/GI/Gr	14,8/52,0/31,1	15,7/55,1/32,9	20,1/70,4/42,1	
Au/SAT/Sal	14,3/6,6/1,0	15,2/7,0/1,1	19,4/9,0/1,0	

día 13

Lentejas guisadas con verduras (tomate, ajo, pimiento, calabacín, cebolla, berenjena y zanahoria)

Bacalao en salsa verde (ajo y cebolla) con **guisantes**

Postre: **Plátano** **Pan integral**

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	433,85	491,70	607,39	NIÑAS
P/GI/Gr	18,8/54,8/12,3	21,4/62,1/14,1	26,4/76,8/17,3	
Au/SAT/Sal	18,9/11,9/1,1	21,5/2,2/1,2	26,4/2,7/1,5	
Kcal	491,70	520,62	665,24	NIÑOS
P/GI/Gr	21,4/62,1/14,1	22,6/65,8/14,84	28,9/84,1/18,9	
Au/SAT/Sal	21,5/2,2/1,2	22,7/2,3/1,2	29,2/9,7/1,6	

día 14

Estofado de patatas con ternera (patata, cebolla, ajo, pimiento, tomate y zanahoria)

Tortilla de patatas, cebolla, pimiento y zanahoria con tomate aliñado

Postre: **Pera** **Pan blanco** (mm)

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	488,87	508,72	628,42	NIÑAS
P/GI/Gr	10,6/36,9/20,2	12,0/41,8/22,9	14,8/51,6/28,3	
Au/SAT/Sal	14,8/3,4/1,2	16,8/5,9/1,3	20,7/4,7/1,6	
Kcal	508,72	538,64	688,27	NIÑOS
P/GI/Gr	12,0/41,8/22,9	12,7/44,2/24,2	16,2/56,5/31,0	
Au/SAT/Sal	16,7/3,8/1,3	17,7/4,1/1,4	22,6/5,2/1,7	

día 15

Ensalada mixta (lechuga, tomate, maíz, atún y aceitunas)

Arroz mixto de pollo, calamares y gambas (ajo, tomate, pimiento rojo y verde)

Postre: **Ciruela** **Pan integral**

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	458,80	519,97	642,32	NIÑAS
P/GI/Gr	13,0/57,1/18,4	14,7/64,3/20,8	18,2/80,0/25,8	
Au/SAT/Sal	18,3/3,0/1,2	20,8/3,4/1,3	25,6/4,1/1,65	
Kcal	519,97	550,56	703,49	NIÑOS
P/GI/Gr	14,7/64,3/20,8	15,6/68,6/22,1	19,9/87,6/28,2	
Au/SAT/Sal	20,8/3,4/1,3	22,0/3,5/1,4	28,1/4,5/1,8	

día 16

salmorejo cordobés con huevo y jamón (tomate, ajo, pan, AOVE, huevo y jamón serrano)

Filete de merluza aliñada rebosada (ajo, perejil y limón) con **ensalada de lechuga y tomate**

Postre: **Melón** **Pan Blanco** (mm)

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	456,12	516,93	638,57	NIÑAS
P/GI/Gr	15,8/56,1/26,2	17,9/60,9/29,7	22,1/80,6/24,7	
Au/SAT/Sal	15,2/4,2/1,4	17,2/4,6/1,5	21,2/5,8/1,9	
Kcal	516,93	547,34	699,38	NIÑOS
P/GI/Gr	17,9/60,9/29,7	18,9/63,4/31,5	24,2/85,4/30,3	
Au/SAT/Sal	17,2/4,6/1,5	18,2/5,0/1,6	23,3/6,4/2,8	

día 17

Ensalada sevillana de patatas aliñadas (patata, cebolla, pimiento verde y perejil)

Albóndigas de pollo en salsa de verduras (tomate, cebolla, pimiento, perejil, judías verdes, guisantes y zanahorias) con **arroz salteado** (ajos, perejil y empiñón)

Postre: **Pera** **Pan Blanco** (mm)

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	463,77	525,60	649,28	NIÑAS
P/GI/Gr	11,7/48,1/22,4	13,3/54,5/25,4	16,4/67,3/31,4	
Au/SAT/Sal	13,7/3,8/1,0	15,5/4,3/1,2	19,2/5,2/1,4	
Kcal	525,60	556,52	711,11	NIÑOS
P/GI/Gr	13,3/54,5/25,4	14,0/57,7/26,9	17,9/73,7/34,4	
Au/SAT/Sal	15,5/4,3/1,2	16,4/4,5/1,2	21,0/5,7/1,5	

día 20

Macarrones con salsa de tomate y queso (cebolla y tomate)

Huevos revueltos con verduras y jamón (ajo, cebolla, espárragos, judías verdes, zanahoria, brócoli y champiñón) con **ensalada de lechuga, pepino, maíz y aceitunas**

Postre: **Melocotón** **Pan integral**

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	476,79	540,36	667,51	NIÑAS
P/GI/Gr	15,8/42,2/25,4	17,9/47,8/17,8	22,1/59,0/35,6	
Au/SAT/Sal	15,7/5,0/1,8	17,6/5,7/2,0	17,8/5,7/2,0	
Kcal	540,36	572,15	731,08	NIÑOS
P/GI/Gr	17,9/47,8/17,8	17,9/47,8/28,8	24,2/64,7/39,0	
Au/SAT/Sal	17,8/5,7/2,0	17,8/5,7/2,0	24,1/7,6/2,6	

día 21

Asadillo de pimientos con cebolla (pimiento rojo y cebolla)

Cocido andaluz (patatas, calabaza, judías verdes y zanahoria)

Postre: **Sandía** **Pan blanco** (mm)

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	456,13	516,95	638,58	NIÑAS
P/GI/Gr	15,9/46,7/20,3	18,0/52,9/23,0	22,3/65,3/28,8	
Au/SAT/Sal	15,6/4,1/1,6	17,7/4,6/1,8	21,8/5,6/2,1	
Kcal	516,95	547,36	699,40	NIÑOS
P/GI/Gr	18,0/52,9/23,0	19,5/56,0/24,3	24,4/71,6/31,1	
Au/SAT/Sal	17,7/4,6/1,8	18,7/4,8/1,8	23,9/6,2/2,3	

día 22

Arroz chino tres delicias (guisantes y zanahorias)

Magro de cerdo con tomate (cebolla y tomate) con **zanahoria y champiñón salteado**

Postre: **Melón** **Pan integral**

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	487,97	553,03	683,16	NIÑAS
P/GI/Gr	15,1/48,1/24,3	17,6/54,5/27,5	21,1/67,3/34,0	
Au/SAT/Sal	17,7/4,2/2,2	20,1/4,8/2,3	24,8/5,9/2,8	
Kcal	553,03	585,56	748,22	NIÑOS
P/GI/Gr	17,6/54,5/27,5	18,1/57,7/29,2	23,2/73,7/37,3	
Au/SAT/Sal	20,1/4,8/2,3	21,2/5,0/2,45	27,2/6,4/3,1	

día 23

Crema hortejana (patata, calabacín, nabo, judías verdes, zanahorias y puerro)

Filete de rosada al horno con patatas a lo pobre (patata, cebolla pimiento verde y rojo)

Postre: **Plátano** **Pan Blanco** (mm)

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	455,88	516,66	638,23	NIÑAS
P/GI/Gr	17,2/44,9/21,2	19,3/50,9/24,1	24,1/62,8/29,8	
Au/SAT/Sal	18,6/5,2/1,2	21,1/3,7/1,4	26,0/4,5/1,6	
Kcal	516,66	547,06	699,01	NIÑOS
P/GI/Gr	19,3/50,9/24,1	20,7/53,8/25,5	26,4/68,8/32,6	
Au/SAT/Sal	21,1/3,7/1,4	22,3/3,8/1,4	28,3/4,9/1,8	

día 24

Ensalada de la huerta (lechuga, tomate, pimiento, cebolla, pepino, remolacha, espárragos, zanahoria y aceituna)

Pavo estofado a la jardinera (cebolla, judías verdes, zanahoria y champiñón) con **puré de patata**

Postre: **Plátano** **Pan Blanco** (mm)

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	438,34	496,78	613,68	NIÑAS
P/GI/Gr	10,6/43,4/22,5	12,0/49,2/25,5	14,8/60,8/31,5	
Au/SAT/Sal	20,7/3,8/1,2	23,5/4,4/1,4	29,0/5,3/1,7	
Kcal	496,78	526,01	672,12	NIÑOS
P/GI/Gr	12,0/49,2/25,5	10,1/52,1/27,0	13,0/66,6/34,5	
Au/SAT/Sal	23,5/4,4/1,4	24,8/4,6/1,5	31,7/5,8/1,9	

día 27

Patatas guisadas con verduras (patata, calabacín, champiñón, zanahoria, guisantes, judías verdes, pimiento, salsa de tomate y ajo)

Lenguado rebosado (cebolla, pimiento, calabaza, calabacín, berenjena y tomate)

Postre: **Kiwi** **Pan integral**

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	391,24	443,40	547,74	NIÑAS
P/GI/Gr	11,3/36,8/20,3	12,8/41,7/23,0	15,8/51,5/28,4	
Au/SAT/Sal	15,5/3,1/1,3	17,6/3,5/1,5	21,6/4,3/1,8	
Kcal	443,40	469,49	599,90	NIÑOS
P/GI/Gr	12,8/41,7/23,0	13,5/44,1/24,7	17,3/56,4/31,1	
Au/SAT/Sal	17,6/3,5/1,5	18,5/3,7/1,5	23,7/4,7/2,0	

día 28

Fiesta local

SAN MIGUEL

Cazuela de fideos a la marinera (ajo, cebolla, patata, coliflor, tomate, zanahoria y apio)

Ragú de ternera (guisantes, zanahoria, ajo, cebolla, tomate y perejil) con **zanaoria caramelizada** (limón)

Postre: **Manzana** **Pan blanco** (mm)

	3-6 años (525-595 Kcal)	7-8 años (595-630 Kcal)	9-13 años (630-805 Kcal)	
Kcal	437,8	496,22	612,98	NIÑAS
P/GI/Gr	13,3/48,5/19,5	15,1/55,0/22,2	18,7/68,0/27,4	
Au/SAT/Sal	19,2/3,1/1,2	21,7/3,5/1,4	26,8/4,3/1,7	
Kcal	496,22	525,41	671,36	NIÑOS
P/GI/Gr	15,1/55,0/22,2	16,0/58,3/23,5	20,4/74,4/30,0	
Au/SAT/Sal	21,7/3,5/1,4	23,0/3,7/1,4	29,4/4,7/1,8	

día 30

