

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judias blancas guisadas con patata, zanahoria, cebolla y pimientos - Palometa con salsa de zanahoria y cebolla al horno - Calabacin, berenjena, pimiento y patata al vapor - Fruta:naranja - Pan ecológico <p>P: 15.94%, G: 33.42%, HC: 50.64%, Az: 16.79gr Sal: 2.24gr, AGS: 2.37gr, 519.01 Kcal</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas, maíz, zanahoria y atún - Coditos con salsa de tomate, calabacin y aceitunas negras - Fruta: plátano - Pan ecológico <p>P: 11.48%, G: 20.35%, HC: 68.16%, Az: 28.83gr Sal: 1.95gr, AGS: 1.79gr, 502.24 Kcal</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo - Pavo en salsa - Arroz hervido con pimiento verde crudo - Fruta:pera - Pan integral <p>P: 15.08%, G: 24.19%, HC: 60.73%, Az: 21.23gr Sal: 1.25gr, AGS: 2.29gr, 579.37 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, guisantes, zanahoria y calabacin - Jurel al horno con aceite de oliva y perejil - Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y aceitunas - Fruta:manzana - Pan ecológico <p>P: 15.29%, G: 33.27%, HC: 51.44%, Az: 18.62gr Sal: 1.46gr, AGS: 2.26gr, 410.64 Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo, zanahoria y guisantes - Tortilla francesa.. - Ensalada de tomate, pimiento rojo y aceitunas - Fruta:naranja - Pan ecológico <p>P: 14.31%, G: 33.78%, HC: 51.93%, Az: 14.41gr Sal: 1.41gr, AGS: 3.39gr, 517.67 Kcal</p>
<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de puerro, patata, calabacin y zanahoria - Abadejo al horno con tomate - Patatas con zanahorias hervidas - Fruta:pera - Pan ecológico <p>P: 12.74%, G: 36.94%, HC: 50.32%, Az: 24.04gr Sal: 1.53gr, AGS: 2.91gr, 512.18 Kcal</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patatas y zanahoria - Tortilla de patatas con cebolla - Ensalada de lechuga, zanahoria natural y maíz - Fruta:naranja - Pan ecológico <p>P: 13.22%, G: 36.20%, HC: 50.58%, Az: 18.19gr Sal: 2.36gr, AGS: 2.48gr, 440.71 Kcal</p>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz salteado con zanahoria, maíz, dados de calabacin y aceitunas - Contramuslo de pollo asado al horno - Picadillo de tomate con cebolla - Fruta:manzana - Pan integral <p>P: 14.32%, G: 23.55%, HC: 62.13%, Az: 19.68gr Sal: 1.32gr, AGS: 2.17gr, 539.30 Kcal</p>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz, zanahoria y huevo duro - Macarrones con tomate y calabacin - Yogurt de soja - Pan ecológico <p>P: 15.87%, G: 25.77%, HC: 58.35%, Az: 7.89gr Sal: 1.35gr, AGS: 3.12gr, 605.15 Kcal</p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de garbanzos y estrellitas con pollo, patata y zanahoria - Mahi mahi al horno con ajitos - Zanahorias asadas al horno - Fruta:pera - Pan ecológico <p>P: 17.40%, G: 32.21%, HC: 50.39%, Az: 21.50gr Sal: 2.08gr, AGS: 3.61gr, 481.34 Kcal</p>
<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, calabacin y zanahoria - Pavo en salsa de ajo y romero - Patatas panaderas con pimientos - Fruta:naranja - Pan ecológico <p>P: 15.78%, G: 22.53%, HC: 61.69%, Az: 15.47gr Sal: 1.05gr, AGS: 1.55gr, 388.62 Kcal</p>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, maíz, tomate y zanahoria - Arroz integral guisado con pollo - Fruta:manzana - Pan ecológico <p>P: 12.88%, G: 30.51%, HC: 56.61%, Az: 19.52gr Sal: 1.23gr, AGS: 1.46gr, 306.43 Kcal</p>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potaje de judias con patata, zanahoria, tomate y pimiento - Merluza frita - Ensalada de lechuga, tomate, pimiento verde y repollo - Fruta:pera - Pan integral <p>P: 16.52%, G: 31.79%, HC: 51.69%, Az: 18.32gr Sal: 1.26gr, AGS: 1.90gr, 452.78 Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con zanahoria, tomate, patata, cebolla y pimiento - Lomo de atun encebollado - Patatas al horno - Fruta: plátano - Pan ecológico <p>P: 18.24%, G: 20.31%, HC: 61.46%, Az: 27.12gr Sal: 1.28gr, AGS: 1.65gr, 494.16 Kcal</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espirales con tomate - Tortilla francesa.. - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz y zanahoria - Fruta:naranja - Pan ecológico <p>P: 13.55%, G: 35.79%, HC: 50.66%, Az: 14.91gr Sal: 1.49gr, AGS: 3.58gr, 529.50 Kcal</p>
<p>22</p>	<p>23</p>	<p>24</p>	<p>25</p>	<p>26</p>
<p>1</p>	<p>2</p>	<p>3</p>	<p>4</p>	<p>5</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.

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