

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín y puerros - Pinchitos de pollo en salsa de cebolla y zanahoria - Patatas gajo especiadas al horno - Fruta: sandía - Pan sin gluten <p>P: 12.13%, G: 38.58%, HC: 49.29%, Az: 16.04gr Sal: 0.94gr, AGS: 2.61gr, 445.13 Kcal</p>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de garbanzos y arroz con pollo, patata y zanahoria - Abadejo al horno con aove y perejil - Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y aceitunas - Fruta: manzana - Pan sin gluten <p>P: 17.11%, G: 25.49%, HC: 57.40%, Az: 17.52gr Sal: 2.85gr, AGS: 1.71gr, 448.80 Kcal</p>	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz, zanahoria y palmito - Arroz guisado con magro, tomate y guisantes - Fruta: melocotón - Pan sin gluten <p>P: 10.45%, G: 28.60%, HC: 60.95%, Az: 12.29gr Sal: 1.10gr, AGS: 2.41gr, 486.54 Kcal</p>	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria - Tortilla francesa al horno - Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 11.19%, G: 36.08%, HC: 52.74%, Az: 28.41gr Sal: 1.27gr, AGS: 3.63gr, 559.04 Kcal</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta de arroz con tomate - Lomo de atún encebollado - Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz - Fruta: melón - Pan sin gluten <p>P: 12.53%, G: 32.61%, HC: 54.87%, Az: 15.68gr Sal: 1.33gr, AGS: 2.85gr, 511.30 Kcal</p>
<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con berenjena y calabacín - Contramuslo de pollo asado al horno - Arroz hervido - Fruta: pera - Pan sin gluten <p>P: 14.11%, G: 26.55%, HC: 59.34%, Az: 20.66gr Sal: 1.00gr, AGS: 2.94gr, 697.42 Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de picadillo con huevo, pollo y garbanzos - Bacalao al horno con ajitos - Menestra de zanahoria y brocoli hervida - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 10.95%, G: 42.52%, HC: 46.53%, Az: 25.77gr Sal: 1.50gr, AGS: 3.66gr, 536.82 Kcal</p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de espinacas, tomate, pepino y huevo duro - Pasta de arroz con tomate, calabacín y aceitunas negras - Fruta: manzana - Pan sin gluten <p>P: 9.08%, G: 33.51%, HC: 57.41%, Az: 19.87gr Sal: 1.37gr, AGS: 3.53gr, 487.26 Kcal</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín - Tortilla de patatas con cebolla - Tomate y pepino aliñado - Fruta: melón - Pan sin gluten <p>P: 8.08%, G: 39.95%, HC: 51.97%, Az: 14.27gr Sal: 1.61gr, AGS: 2.51gr, 394.26 Kcal</p>	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo, zanahoria y guisantes - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil - Ensalada de lechuga, zanahoria, aceitunas y maíz - Fruta: melocotón - Pan sin gluten <p>P: 11.90%, G: 34.61%, HC: 53.49%, Az: 13.75gr Sal: 1.18gr, AGS: 3.06gr, 550.62 Kcal</p>
<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo - Pavo al horno en salsa de zanahoria y cebolla - Arroz hervido - Fruta: manzana - Pan sin gluten <p>P: 12.04%, G: 28.95%, HC: 59.01%, Az: 17.08gr Sal: 0.88gr, AGS: 2.62gr, 688.36 Kcal</p>	<p>12</p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, guisantes, zanahoria y calabacín - Gallo frito con harina de maíz - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 19.51%, G: 34.54%, HC: 45.94%, Az: 26.92gr Sal: 0.88gr, AGS: 3.10gr, 586.65 Kcal</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas, maíz y zanahoria - Pasta de arroz con tomate y champiñones - Fruta: naranja - Pan sin gluten <p>P: 7.02%, G: 32.92%, HC: 60.06%, Az: 22.77gr Sal: 2.37gr, AGS: 2.85gr, 513.66 Kcal</p>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo, zanahoria y guisantes - Tortilla de patatas con calabacín - Tomate aliñado con aceitunas - Fruta: pera - Pan sin gluten <p>P: 8.76%, G: 31.81%, HC: 59.43%, Az: 18.64gr Sal: 0.61gr, AGS: 3.04gr, 594.18 Kcal</p>
<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de espinacas, calabacín y cebolla - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil - Patatas con zanahorias hervidas - Fruta: manzana - Pan sin gluten <p>P: 10.70%, G: 41.20%, HC: 48.09%, Az: 23.09gr Sal: 0.75gr, AGS: 3.43gr, 537.54 Kcal</p>	<p>19</p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz salteado con zanahoria, maíz, dados de calabacín y aceitunas - Contramuslo de pollo asado al horno - Tomate aliñado - Fruta: naranja - Pan sin gluten <p>P: 12.56%, G: 30.75%, HC: 56.69%, Az: 16.45gr Sal: 1.02gr, AGS: 2.74gr, 548.53 Kcal</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz, zanahoria, atún y huevo duro - Pasta de arroz con tomate, berenjena y queso - Fruta: ciruela - Pan sin gluten <p>P: 10.64%, G: 33.66%, HC: 55.70%, Az: 14.07gr Sal: 1.25gr, AGS: 4.81gr, 561.05 Kcal</p>	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de arroz con garbanzos - Lomo de atún encebollado al horno - Menestra de guisantes, judías verdes y zanahorias - Fruta: pera - Pan sin gluten <p>P: 15.18%, G: 23.46%, HC: 61.36%, Az: 22.65gr Sal: 0.90gr, AGS: 2.10gr, 599.88 Kcal</p>
<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín - Magro de cerdo en salsa con champiñones - Patatas panaderas con pimientos - Fruta: manzana - Pan sin gluten <p>P: 15.38%, G: 35.27%, HC: 49.35%, Az: 20.02gr Sal: 0.91gr, AGS: 2.46gr, 385.70 Kcal</p>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria - Abadejo al horno con salsa de tomate - Ensalada de tomate, lechuga y maíz - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 13.55%, G: 29.69%, HC: 56.76%, Az: 30.11gr Sal: 1.35gr, AGS: 2.43gr, 530.93 Kcal</p>	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, huevo duro, pepino y aceitunas - Arroz guisado con pollo - Fruta: naranja - Pan sin gluten <p>P: 11.48%, G: 27.53%, HC: 61.00%, Az: 15.46gr Sal: 1.10gr, AGS: 2.24gr, 490.09 Kcal</p>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento - Rosada al horno con cebolla y tomillo - Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate - Fruta: pera - Pan sin gluten <p>P: 16.62%, G: 31.10%, HC: 52.28%, Az: 18.80gr Sal: 0.99gr, AGS: 2.15gr, 458.99 Kcal</p>	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta de arroz con tomate y calabacín - Tortilla francesa - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz y zanahoria - Fruta: naranja - Pan sin gluten <p>P: 8.27%, G: 44.67%, HC: 47.05%, Az: 16.86gr Sal: 1.60gr, AGS: 4.60gr, 561.89 Kcal</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:

Cristina Vázquez (Colegiada nº AND-646)