

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 ecológico <p>P: 14.52%, G: 33.50%, HC: 51.98%, Az: 16.15gr Sal: 1.23gr, AGS: 2.26gr, 442.81 Kcal</p>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de garbanzos y arroz con pollo, patata y zanahoria - Abadejo frito - Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y aceitunas - Fruta: manzana - Pan ecológico <p>P: 18.65%, G: 26.68%, HC: 54.68%, Az: 18.15gr Sal: 2.00gr, AGS: 1.84gr, 605.26 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 ecológico <p>P: 12.63%, G: 23.94%, HC: 63.43%, Az: 12.40gr Sal: 1.39gr, AGS: 2.06gr, 484.22 Kcal</p>	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria - Pavo al ajillo al horno - Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate - Fruta: plátano - Pan integral <p>P: 14.83%, G: 31.64%, HC: 53.54%, Az: 30.05gr Sal: 1.25gr, AGS: 2.57gr, 575.69 Kcal</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta de arroz con tomate - Lomo de atún encebollado - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta: melón - Pan ecológico <p>P: 13.61%, G: 32.79%, HC: 53.60%, Az: 15.87gr Sal: 1.64gr, AGS: 3.05gr, 545.93 Kcal</p>
<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín - Contramuslo de pollo asado al horno - Arroz hervido - Fruta: pera - Pan ecológico <p>P: 16.08%, G: 20.57%, HC: 63.34%, Az: 20.06gr Sal: 3.05gr, AGS: 2.24gr, 690.62 Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de garbanzos y arroz con pollo, patata y zanahoria - Bacalao al horno con ajitos - Menestra de zanahoria y brocoli hervida - Fruta: plátano - Pan ecológico <p>P: 14.42%, G: 26.05%, HC: 59.53%, Az: 27.73gr Sal: 2.57gr, AGS: 2.39gr, 611.10 Kcal</p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de espinacas, tomate y pepino - Pasta de arroz con tomate, calabacín y aceitunas negras - Fruta: manzana - Pan ecológico <p>P: 8.96%, G: 26.25%, HC: 64.79%, Az: 19.83gr Sal: 1.43gr, AGS: 2.13gr, 444.14 Kcal</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín - Pollo al horno - Tomate y pepino aliñado - Fruta: melón - Pan integral <p>P: 31.67%, G: 27.43%, HC: 40.90%, Az: 15.07gr Sal: 1.64gr, AGS: 2.09gr, 399.56 Kcal</p>	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz, patata, tomate, cebolla y pimienta roja - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil - Ensalada de lechuga, zanahoria, aceitunas y maíz - Fruta: melocotón - Pan ecológico <p>P: 13.62%, G: 28.51%, HC: 57.88%, Az: 13.85gr Sal: 1.48gr, AGS: 2.73gr, 587.94 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 ecológico <p>P: 13.62%, G: 25.59%, HC: 60.80%, Az: 17.19gr Sal: 1.16gr, AGS: 2.27gr, 666.04 Kcal</p>	<p>12</p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, guisantes, zanahoria y calabacín - Gallo frito - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta: plátano - Pan ecológico <p>P: 12.54%, G: 34.39%, HC: 53.08%, Az: 27.18gr Sal: 1.26gr, AGS: 2.59gr, 527.69 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 integral <p>P: 9.06%, G: 28.61%, HC: 62.33%, Az: 23.12gr Sal: 2.69gr, AGS: 2.67gr, 508.83 Kcal</p>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo, zanahorias y guisantes - Pollo al horno - Tomate aliñado con aceitunas - Fruta: pera - Pan ecológico <p>P: 25.17%, G: 19.67%, HC: 46.03%, Az: 21.68gr Sal: 3.66gr, AGS: 2.77gr, 579.83 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 ecológico <p>P: 12.69%, G: 36.99%, HC: 50.32%, Az: 23.20gr Sal: 1.04gr, AGS: 3.08gr, 535.22 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 ecológico <p>P: 14.50%, G: 26.63%, HC: 58.88%, Az: 16.56gr Sal: 1.31gr, AGS: 2.39gr, 546.21 Kcal</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz, zanahoria y atún - Pasta de arroz con tomate, berenjena y queso - Fruta: ciruela - Pan integral <p>P: 10.64%, G: 27.39%, HC: 61.97%, Az: 14.05gr Sal: 1.31gr, AGS: 3.61gr, 517.29 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 ecológico <p>P: 16.95%, G: 19.67%, HC: 63.37%, Az: 22.76gr Sal: 1.19gr, AGS: 1.75gr, 597.56 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 ecológico <p>P: 18.18%, G: 29.33%, HC: 52.49%, Az: 20.13gr Sal: 1.20gr, AGS: 2.11gr, 383.38 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 ecológico <p>P: 15.58%, G: 25.36%, HC: 59.05%, Az: 30.22gr Sal: 1.64gr, AGS: 2.08gr, 528.61 Kcal</p>	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pepino y aceitunas - Arroz guisado con pollo - Fruta: naranja - Pan ecológico <p>P: 13.96%, G: 18.87%, HC: 67.17%, Az: 18.21gr Sal: 1.28gr, AGS: 1.58gr, 489.16 Kcal</p>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimienta - Rosada al horno con cebolla y tomillo - Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate - Fruta: pera - Pan integral <p>P: 18.82%, G: 26.44%, HC: 54.74%, Az: 19.15gr Sal: 1.32gr, AGS: 1.97gr, 452.16 Kcal</p>	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta de arroz con tomate y calabacín - Cinta de lomo de cerdo al horno - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz y zanahoria - Fruta: naranja - Pan ecológico <p>P: 14.80%, G: 35.37%, HC: 49.83%, Az: 17.07gr Sal: 1.58gr, AGS: 3.62gr, 546.67 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:

Nuria Losada (Colegiada nº AND-00990)