

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1 - Contramuslo de pollo asado al horno v1 - Arroz hervido - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 14.62%, G: 24.56%, HC: 60.81%, Az: 17.10gr Sal: 1.67gr, AGS: 2.67gr, 692.01 Kcal</p>	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa con garbanzos, zanahorias y patatas - Bacalao al horno con ajitos v3 - Menestra de zanahoria y brocoli hervida - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 15.40%, G: 26.04%, HC: 58.56%, Az: 26.82gr Sal: 2.25gr, AGS: 2.18gr, 579.56 Kcal</p>	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate cherry, espárragos blancos, aceitunas y remolacha - Pasta sin gluten con salsa de tomate, zanahoria, cebolla y pimiento - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 6.40%, G: 27.42%, HC: 66.18%, Az: 20.25gr Sal: 1.12gr, AGS: 2.14gr, 440.91 Kcal</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de puerro, patata, calabacin y zanahoria v.1 - Tortilla francesa al horno - Picadillo de tomate con cebolla - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 8.18%, G: 50.49%, HC: 41.33%, Az: 19.72gr Sal: 1.21gr, AGS: 3.99gr, 463.61 Kcal</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz hervido con tomate - Jurel al limón al horno - Ensalada de lechuga, zanahoria natural y maíz - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 13.93%, G: 28.88%, HC: 57.19%, Az: 27.53gr Sal: 7.32gr, AGS: 3.16gr, 621.04 Kcal</p>
<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 15.13%, G: 35.84%, HC: 49.03%, Az: 15.42gr Sal: 0.98gr, AGS: 2.77gr, 501.83 Kcal</p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz salteado con zanahoria, maíz, dados de calabacín y aceitunas v1 - Magro de cerdo guisado con tomate - Lechuga aliñada - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 11.17%, G: 29.77%, HC: 59.07%, Az: 26.60gr Sal: 1.47gr, AGS: 3.32gr, 607.55 Kcal</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1 - Tortilla francesa al horno - Tomate y pepino aliñado v1 - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 12.66%, G: 40.61%, HC: 46.73%, Az: 17.24gr Sal: 1.97gr, AGS: 3.86gr, 550.25 Kcal</p>	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta sin gluten con tomate - Jurel al horno con aceite de oliva y perejil - Lechuga aliñada - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 14.66%, G: 36.97%, HC: 48.37%, Az: 19.69gr Sal: 1.35gr, AGS: 3.66gr, 562.25 Kcal</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de espinacas, calabacín y cebolla - Tortilla de patatas con calabacín ta v2 - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 6.44%, G: 36.72%, HC: 56.84%, Az: 27.56gr Sal: 0.75gr, AGS: 2.25gr, 388.56 Kcal</p>
<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potaje de garbanzos con espinacas - Salmón al limón al horno - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 16.49%, G: 30.05%, HC: 53.47%, Az: 17.56gr Sal: 1.64gr, AGS: 3.30gr, 568.55 Kcal</p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Estofado de patatas, pavo, judías verdes y zanahorias - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 12.02%, G: 41.08%, HC: 46.90%, Az: 22.32gr Sal: 0.89gr, AGS: 2.30gr, 434.55 Kcal</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz hervido con tomate - Bacalao al horno - Ensalada de lechuga, zanahoria natural, maíz y aceitunas. - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 10.52%, G: 34.97%, HC: 54.51%, Az: 15.47gr Sal: 2.17gr, AGS: 2.97gr, 571.99 Kcal</p>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Tortilla de patatas con calabacín ta v2 - Tomate aliñado con aceitunas - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 12.89%, G: 28.38%, HC: 58.73%, Az: 15.18gr Sal: 1.37gr, AGS: 1.72gr, 408.66 Kcal</p>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta sin gluten con salsa de tomate, zanahoria, cebolla y pimiento - Tortilla de patatas con judías verdes con tomate cherry y atún - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 10.22%, G: 20.73%, HC: 69.05%, Az: 22.15gr Sal: 1.05gr, AGS: 1.70gr, 447.14 Kcal</p>
<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de espinacas, calabacín y cebolla - Albóndigas de pollo al horno con salsa de tomate y cebolla - Patatas al horno - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 11.21%, G: 42.84%, HC: 45.95%, Az: 20.80gr Sal: 1.14gr, AGS: 3.38gr, 503.30 Kcal</p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta sin gluten con tomate - Rosada al horno con ajitos - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 12.10%, G: 31.95%, HC: 55.94%, Az: 26.51gr Sal: 1.14gr, AGS: 3.07gr, 559.30 Kcal</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa con garbanzos, arroz, zanahorias y patatas - Tortilla francesa al horno - Queso fresco - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 16.59%, G: 33.12%, HC: 50.30%, Az: 19.39gr Sal: 1.93gr, AGS: 5.66gr, 575.60 Kcal</p>	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1 - Pollo asado - Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 16.72%, G: 41.64%, HC: 41.64%, Az: 15.32gr Sal: 1.71gr, AGS: 3.69gr, 574.35 Kcal</p>	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de champiñones, calabacín y zanahoria v.1 - PIZZA jamon y queso (sin gluten) - Postre - Pan sin gluten <p>P: 11.45%, G: 33.77%, HC: 54.79%, Az: 5.32gr Sal: 1.51gr, AGS: 3.32gr, 468.70 Kcal</p>
<p>26</p>	<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</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)

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