

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
27	28	1	2	3
6 - Crema de espinacas, calabacín y cebolla - Rosada al horno con cebolla y tomillo v2 - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta:naranja - Pan de trigo ecológico	7 - Cazuela de arroz, patata, tomate, cebolla y pimiento rojo v2 - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Ensalada de lechuga, zanahoria natural y maíz - Fruta: plátano - Pan de trigo ecológico	8 - Sopa de picadillo con patata, garbanzo, huevo duro, zanahoria y pollo v1 - Bacalao frito v2 - Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras - Fruta:manzana - Pan de trigo ecológico	9 - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones - Pinchitos de pollo en salsa de cebolla y zanahoria - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta:pera - Pan de trigo integral	10 - Macarrones con salsa de tomate y champiñones v.1 - Tortilla francesa al horno - Picadillo de tomate con cebolla - Fruta: kiwi - Pan de trigo ecológico
P: 19.50%, G: 34.70%, HC: 45.80%, Az: 15.49gr Sal: 1.09gr, AGS: 1.97gr, 378.55 Kcal	P: 8.01%, G: 21.58%, HC: 70.40%, Az: 29.00gr Sal: 0.92gr, AGS: 1.88gr, 514.48 Kcal	P: 18.11%, G: 33.45%, HC: 48.43%, Az: 15.55gr Sal: 1.95gr, AGS: 2.05gr, 417.12 Kcal	P: 14.21%, G: 36.52%, HC: 49.27%, Az: 22.21gr Sal: 1.13gr, AGS: 2.44gr, 412.84 Kcal	P: 11.64%, G: 41.45%, HC: 46.91%, Az: 14.07gr Sal: 1.42gr, AGS: 3.69gr, 626.55 Kcal
13 - Crema de patata, guisantes, zanahoria y calabacín - Contramuslo de pollo asado al horno v1 - Cus cus hervido - Fruta:manzana - Pan de trigo ecológico	14 - Espirales con salsa de tomate v.1 - Salmón al limón al horno - Judías verdes, zanahorias y champiñones al vapor - Fruta:manzana - Pan de trigo ecológico	15 - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Tomate y pepino aliñado v1 - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico	16 - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Ensalada de lechuga, maíz, tomate y zanahoria - Fruta: plátano - Pan de trigo integral	17 - Arroz hervido con tomate - Tortilla francesa al horno - Ensalada de brotes tiernos con tomate cherry y manzana - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico
P: 17.07%, G: 28.16%, HC: 54.77%, Az: 16.51gr Sal: 0.95gr, AGS: 2.01gr, 460.70 Kcal	P: 16.36%, G: 29.73%, HC: 53.90%, Az: 18.01gr Sal: 1.14gr, AGS: 3.06gr, 477.04 Kcal	P: 12.89%, G: 29.79%, HC: 57.32%, Az: 22.44gr Sal: 1.98gr, AGS: 2.86gr, 502.30 Kcal	P: 12.85%, G: 28.11%, HC: 59.04%, Az: 29.14gr Sal: 1.68gr, AGS: 2.29gr, 484.55 Kcal	P: 9.00%, G: 37.44%, HC: 53.56%, Az: 18.63gr Sal: 1.39gr, AGS: 3.65gr, 534.92 Kcal
20 - Crema de champiñones, calabacín y zanahoria v.1 - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico	21 - Macarrones con salsa de tomate y calabacín v.1 - Tortilla francesa al horno - Crudités de zanahoria - Fruta:manzana - Pan de trigo ecológico	22 - Cazuela de arroz, patata, tomate, cebolla y pimiento rojo v2 - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Picadillo de tomate, pimientos y aceitunas verdes - Fruta:naranja - Pan de trigo ecológico	23 - Crema de espinacas, calabacín y cebolla - Limanda al horno con aceite de oliva y ajito - Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria - Fruta: plátano - Pan de trigo integral	24 - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Tomate y pepino aliñado v1 - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico
P: 16.43%, G: 39.40%, HC: 44.17%, Az: 18.89gr Sal: 1.14gr, AGS: 2.52gr, 408.01 Kcal	P: 11.19%, G: 36.34%, HC: 52.47%, Az: 20.02gr Sal: 1.21gr, AGS: 3.27gr, 491.21 Kcal	P: 14.41%, G: 28.53%, HC: 57.06%, Az: 15.80gr Sal: 1.65gr, AGS: 2.54gr, 538.12 Kcal	P: 17.10%, G: 40.86%, HC: 42.03%, Az: 27.09gr Sal: 0.98gr, AGS: 2.73gr, 434.23 Kcal	P: 14.30%, G: 29.67%, HC: 56.03%, Az: 21.89gr Sal: 2.34gr, AGS: 2.89gr, 507.22 Kcal
27 - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1 - Contramuslo de pollo asado al horno v1 - Patatas al horno - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico	28 - Crema de zanahoria, calabacín y puerro - Huevo a la plancha - Arroz hervido con tomate - Fruta:manzana - Pan de trigo ecológico	29 - Cazuela de fideos con patata, limanda, guisantes y zanahoria - Gallo frito - Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria - Yogurt de soja - Pan de trigo ecológico	30 - Ensalada de lechuga, maíz, tomate y zanahoria - Macarrones con salsa de tomate y champiñones v.1 - Fruta: kiwi - Pan de trigo integral	31 - Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria v.1 - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Ensalada de lechuga, zanahoria natural y maíz - Fruta: plátano - Pan de trigo ecológico
P: 20.56%, G: 26.96%, HC: 52.48%, Az: 18.26gr Sal: 1.23gr, AGS: 1.75gr, 437.49 Kcal	P: 10.13%, G: 29.07%, HC: 60.80%, Az: 20.16gr Sal: 1.19gr, AGS: 3.02gr, 517.40 Kcal	P: 21.58%, G: 31.85%, HC: 46.58%, Az: 5.45gr Sal: 1.49gr, AGS: 2.63gr, 599.12 Kcal	P: 10.03%, G: 33.51%, HC: 56.45%, Az: 16.34gr Sal: 1.06gr, AGS: 2.34gr, 556.61 Kcal	P: 7.54%, G: 34.09%, HC: 58.37%, Az: 31.80gr Sal: 0.77gr, AGS: 2.03gr, 369.06 Kcal

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)

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