

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y calabacín - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Arroz hervido - Fruta:mandarina - Pan sin gluten <p>P: 15.22%, G: 29.51%, HC: 55.27%, Az: 15.59gr Sal: 1.27gr, AGS: 2.41gr, 523.80 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate, aceitunas y zanahoria - Pasta sin gluten con tomate - Huevo duro v1 - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 8.05%, G: 38.62%, HC: 53.33%, Az: 22.81gr Sal: 1.39gr, AGS: 3.97gr, 543.97 Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Tomate aliñado con aceitunas - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 12.85%, G: 31.53%, HC: 55.62%, Az: 30.67gr Sal: 1.48gr, AGS: 3.10gr, 626.31 Kcal</p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Salmón al limón al horn - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 14.37%, G: 30.95%, HC: 54.68%, Az: 29.19gr Sal: 1.57gr, AGS: 3.20gr, 489.09 Kcal</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz guisado con pollo v.1 - Tortilla francesa al horno - Ensalada de lechuga, pepino y queso fresco - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 12.93%, G: 35.64%, HC: 51.44%, Az: 19.32gr Sal: 1.61gr, AGS: 4.27gr, 578.81 Kcal</p>
<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria v.1 - Contramuslo de pollo al horno con salsa de tomate (sin especias) - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 12.79%, G: 36.63%, HC: 50.58%, Az: 30.26gr Sal: 1.08gr, AGS: 3.09gr, 551.51 Kcal</p>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Tortilla francesa al horno - Menestra de zanahoria y brocoli hervida - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 14.64%, G: 37.39%, HC: 47.98%, Az: 21.83gr Sal: 2.11gr, AGS: 3.39gr, 542.89 Kcal</p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de tomate, lechuga, huevo duro, aceitunas y maíz - Pasta sin gluten con tomate, ternera y queso - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 14.81%, G: 37.24%, HC: 47.95%, Az: 19.06gr Sal: 1.36gr, AGS: 5.46gr, 610.19 Kcal</p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz hervido con tomate - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Ensalada de lechuga, zanahoria natural, maíz y aceitunas - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 13.07%, G: 34.02%, HC: 52.91%, Az: 15.49gr Sal: 1.39gr, AGS: 2.92gr, 556.56 Kcal</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa con garbanzos, arroz, zanahorias y patatas - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Tomate aliñado con aceitunas - Fruta:mandarina - Pan sin gluten <p>P: 13.10%, G: 32.12%, HC: 54.78%, Az: 15.20gr Sal: 1.07gr, AGS: 2.74gr, 571.65 Kcal</p>
<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones - Bacalao al horno con ajitos v3 - Patatas a lo pobre al horno con pimientos - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 13.51%, G: 33.44%, HC: 53.05%, Az: 19.21gr Sal: 2.18gr, AGS: 2.45gr, 513.25 Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, maiz, zanahoria, pepino y huevo duro - Pasta sin gluten con tomate y atún - Yogurt natural - Pan sin gluten <p>P: 14.90%, G: 30.98%, HC: 54.12%, Az: 19.61gr Sal: 1.47gr, AGS: 5.23gr, 570.12 Kcal</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, guisantes, zanahoria y calabacín - Limanda al horno con aceite de oliva y ajito - Calabacín al vapor con salsa de tomate y albahaca - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 16.91%, G: 29.15%, HC: 53.94%, Az: 27.75gr Sal: 1.02gr, AGS: 1.93gr, 463.41 Kcal</p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz y zanahoria - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 13.78%, G: 33.96%, HC: 52.26%, Az: 19.03gr Sal: 2.03gr, AGS: 3.15gr, 534.53 Kcal</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz salteado con zanahoria, maíz, dados de calabacín y pollo v1 - Albóndigas de pollo al horno con salsa de tomate - Ensalada de lechuga, pepino y queso fresco - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 11.63%, G: 28.83%, HC: 59.54%, Az: 21.33gr Sal: 1.58gr, AGS: 3.39gr, 582.52 Kcal</p>
<p>24</p>	<p>25</p>	<p>26</p>	<p>27</p>	<p>28</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.

Elaborado por:

Cristina Vázquez (Colegiada nº AND-646)

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