

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 de trigo ecológico <p>P: 16.45%, G: 29.25%, HC: 54.30%, Az: 14.17gr Sal: 1.19gr, AGS: 2.29gr, 476.44 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate, aceitunas y zanahoria - Pasta sin gluten con tomate - Queso fresco - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico <p>P: 10.81%, G: 39.57%, HC: 49.61%, Az: 23.67gr Sal: 1.72gr, AGS: 5.87gr, 537.86 Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Pollo al horno - Tomate aliñado con aceitunas - Fruta: plátano - Pan de trigo ecológico <p>P: 29.29%, G: 22.13%, HC: 48.59%, Az: 27.45gr Sal: 2.09gr, AGS: 2.11gr, 548.71 Kcal</p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Salmón al limón al horno - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan de trigo integral <p>P: 15.59%, G: 30.92%, HC: 53.49%, Az: 27.89gr Sal: 1.51gr, AGS: 3.16gr, 439.48 Kcal</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz guisado con pollo v.1 - Pavo al ajillo al horno - Ensalada de lechuga, pepino y queso fresco - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico <p>P: 17.51%, G: 37.39%, HC: 45.10%, Az: 19.29gr Sal: 1.01gr, AGS: 3.51gr, 604.13 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 - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano - Pan de trigo ecológico <p>P: 13.82%, G: 36.75%, HC: 49.43%, Az: 28.84gr Sal: 1.00gr, AGS: 2.97gr, 504.19 Kcal</p>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Rosada al horno - Menestra de zanahoria y brocoli hervida - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico <p>P: 21.80%, G: 30.83%, HC: 47.37%, Az: 20.23gr Sal: 1.82gr, AGS: 2.19gr, 479.43 Kcal</p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de tomate, lechuga, aceitunas y maíz - Pasta sin gluten con tomate, ternera y queso - Fruta:manzana - Pan de trigo ecológico <p>P: 14.19%, G: 35.91%, HC: 49.90%, Az: 17.49gr Sal: 1.05gr, AGS: 4.29gr, 522.03 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 de trigo integral <p>P: 14.03%, G: 34.14%, HC: 51.83%, Az: 14.19gr Sal: 1.32gr, AGS: 2.88gr, 506.95 Kcal</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa con garbanzos, arroz, zanahorias y patatas - Pinchitos de pollo salteados - Tomate aliñado con aceitunas - Fruta:mandarina - Pan de trigo ecológico <p>P: 20.27%, G: 30.82%, HC: 48.91%, Az: 11.46gr Sal: 1.27gr, AGS: 2.21gr, 472.39 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 de trigo ecológico <p>P: 14.70%, G: 33.39%, HC: 51.91%, Az: 17.79gr Sal: 2.10gr, AGS: 2.33gr, 465.89 Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y pepino - Pasta sin gluten con tomate y atún - Yogurt natural - Pan de trigo ecológico <p>P: 14.10%, G: 28.52%, HC: 57.38%, Az: 18.33gr Sal: 1.22gr, AGS: 4.06gr, 484.06 Kcal</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, guisantes, zanahoria y calabacín - Limanda frita v1 - Calabacín al vapor con salsa de tomate y albahaca - Fruta: plátano - Pan de trigo ecológico <p>P: 17.62%, G: 28.51%, HC: 53.87%, Az: 26.16gr Sal: 0.94gr, AGS: 1.79gr, 453.30 Kcal</p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1 - Pavo al ajillo al horno - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz y zanahoria - Fruta:naranja - Pan de trigo integral <p>P: 20.19%, G: 41.31%, HC: 38.50%, Az: 16.21gr Sal: 1.15gr, AGS: 2.59gr, 520.67 Kcal</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz salteado con zanahoria, maíz, dados de calabacín y aceitunas v1 - Albóndigas de pollo al horno con salsa de tomate - Ensalada de lechuga, pepino y queso fresco - Fruta:manzana - Pan de trigo ecológico <p>P: 12.53%, G: 28.58%, HC: 58.89%, Az: 19.91gr Sal: 1.50gr, AGS: 3.27gr, 535.16 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)

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