

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 - Cus cus hervido - Fruta:mandarina - Pan de trigo ecológico <p>P: 17.77%, G: 29.22%, HC: 53.01%, Az: 14.17gr Sal: 1.19gr, AGS: 2.25gr, 483.69 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate, aceitunas y zanahoria - Espirales con salsa de tomate v.1 - Huevo duro v1 - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico <p>P: 11.22%, G: 34.69%, HC: 54.09%, Az: 19.86gr Sal: 1.04gr, AGS: 3.16gr, 467.26 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 de trigo ecológico <p>P: 13.77%, G: 31.41%, HC: 54.82%, Az: 29.25gr Sal: 1.40gr, AGS: 2.98gr, 578.95 Kcal</p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Pinchitos de pollo aliñados - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan de trigo integral <p>P: 17.12%, G: 32.29%, HC: 50.59%, Az: 28.46gr Sal: 0.98gr, AGS: 2.67gr, 474.84 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 de trigo ecológico <p>P: 13.89%, G: 35.70%, HC: 50.41%, Az: 17.90gr Sal: 1.53gr, AGS: 4.15gr, 531.45 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 - Tortilla francesa al horno - Menestra de zanahoria y brocoli hervida - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico <p>P: 15.80%, G: 37.55%, HC: 46.65%, Az: 20.41gr Sal: 2.03gr, AGS: 3.27gr, 495.53 Kcal</p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de tomate, lechuga, huevo duro, aceitunas y maíz - Macarrones con tomate, ternera y queso - Fruta:manzana - Pan de trigo ecológico <p>P: 13.88%, G: 30.90%, HC: 55.22%, Az: 19.07gr Sal: 1.40gr, AGS: 3.56gr, 484.83 Kcal</p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz hervido con tomate - Pavo al ajillo al horno - Ensalada de lechuga, zanahoria natural, maíz y aceitunas - Fruta:naranja - Pan de trigo integral <p>P: 13.64%, G: 41.49%, HC: 44.87%, Az: 15.74gr Sal: 1.08gr, AGS: 3.33gr, 606.26 Kcal</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de fideos, garbanzos, patata y zanahoria v2 - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Tomate aliñado con aceitunas - Fruta:mandarina - Pan de trigo ecológico <p>P: 13.88%, G: 33.36%, HC: 52.76%, Az: 15.10gr Sal: 0.71gr, AGS: 2.61gr, 486.71 Kcal</p>
<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones - Pinchitos de pavo al horno - Patatas a lo pobre al horno con pimientos - Fruta:manzana - Pan de trigo ecológico <p>P: 13.16%, G: 40.00%, HC: 46.84%, Az: 18.11gr Sal: 0.99gr, AGS: 2.88gr, 544.02 Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pepino y huevo duro - Pasta con tomate - Yogurt natural - Pan de trigo ecológico <p>P: 13.16%, G: 33.45%, HC: 53.38%, Az: 20.50gr Sal: 1.57gr, AGS: 5.14gr, 559.96 Kcal</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, guisantes, zanahoria y calabacín - Pollo al horno - Calabacín al vapor con salsa de tomate y albahaca - Fruta: plátano - Pan de trigo ecológico <p>P: 30.44%, G: 19.51%, HC: 50.05%, Az: 26.91gr Sal: 1.43gr, AGS: 1.59gr, 428.94 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 de trigo integral <p>P: 14.83%, G: 34.08%, HC: 51.09%, Az: 17.73gr Sal: 1.97gr, AGS: 3.11gr, 484.92 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)