

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y patata - Albóndigas de pollo con salsa de zanahoria y cebolla al horno - Patatas gajo especiadas al horno - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 9.77%, G: 36.17%, HC: 54.06%, Az: 21.42gr Sal: 0.89gr, AGS: 3.06gr, 536.89 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de garbanzos y arroz con pollo, patata, calabaza y zanahoria - Rosada al horno con aove y perejil - Ensalada de lechuga, zanahoria natural, maíz y aceitunas - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 16.52%, G: 20.73%, HC: 62.76%, Az: 19.47gr Sal: 1.10gr, AGS: 1.87gr, 596.70 Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pepino y huevo duro - Arroz guisado con magro de cerdo - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 13.11%, G: 29.21%, HC: 57.68%, Az: 15.63gr Sal: 1.12gr, AGS: 3.42gr, 543.30 Kcal</p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria - Tortilla francesa - Berenjena, pimiento, cebolla, calabacín, patata y tomate triturado al horno - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 11.90%, G: 31.85%, HC: 56.24%, Az: 28.04gr Sal: 1.31gr, AGS: 3.26gr, 552.54 Kcal</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta de arroz con tomate - Lomo de atun encebollado - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 10.88%, G: 35.95%, HC: 53.17%, Az: 23.75gr Sal: 1.34gr, AGS: 3.37gr, 565.15 Kcal</p>
<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con berenjena y calabacín - Contramuslo de pollo asado al horno - Arroz blanco hervido - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 15.24%, G: 31.05%, HC: 53.70%, Az: 19.27gr Sal: 0.99gr, AGS: 2.84gr, 587.42 Kcal</p>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria - Mahi mahi al horno con ajitos - Ensalada de zanahoria y col - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 14.15%, G: 50.95%, HC: 34.90%, Az: 19.39gr Sal: 0.90gr, AGS: 6.38gr, 512.62 Kcal</p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas y zanahoria - Pasta de arroz con tomate, calabacín y aceitunas negras - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 5.92%, G: 32.59%, HC: 61.48%, Az: 29.42gr Sal: 1.11gr, AGS: 3.07gr, 527.27 Kcal</p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo, zanahoria y guisantes - Tortilla francesa - Picadillo de tomate con cebolla - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 10.91%, G: 34.79%, HC: 54.30%, Az: 15.03gr Sal: 1.21gr, AGS: 3.50gr, 549.27 Kcal</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de picadillo con huevo, pollo y garbanzos - Gallo al horno con salsa de tomate - Menestra de zanahoria y brocoli hervida - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 16.60%, G: 39.44%, HC: 43.96%, Az: 19.44gr Sal: 1.14gr, AGS: 3.13gr, 476.57 Kcal</p>
<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, calabacín y zanahoria - Jurel al horno con aceite de oliva y perejil - Patatas cocidas con aove y sal - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 18.46%, G: 34.21%, HC: 47.33%, Az: 15.43gr Sal: 0.99gr, AGS: 2.57gr, 442.92 Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz, zanahoria y huevo duro - Pasta de arroz con tomate y ternera - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 12.34%, G: 40.24%, HC: 47.43%, Az: 18.72gr Sal: 1.32gr, AGS: 5.09gr, 613.59 Kcal</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo - Abadejo en salsa verde - Zanahorias asadas al horno - Fruta: kiwi - Pan sin gluten <p>P: 16.07%, G: 35.08%, HC: 48.85%, Az: 16.12gr Sal: 0.93gr, AGS: 2.24gr, 581.01 Kcal</p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz salteado con zanahoria, maíz, dados de calabacín y aceitunas - Pollo guisado en salsa - Ensalada de lechuga, tomate y huevo duro - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 13.40%, G: 35.83%, HC: 50.77%, Az: 21.79gr Sal: 1.48gr, AGS: 4.59gr, 676.57 Kcal</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con zanahoria, tomate, patata, cebolla y pimiento - Tortilla de patatas con cebolla - Picadillo de tomate, pimientos y aceitunas verdes - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 10.84%, G: 38.49%, HC: 50.66%, Az: 13.77gr Sal: 1.84gr, AGS: 2.62gr, 443.17 Kcal</p>
<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potaje de judías con patata, zanahoria, tomate y pimiento - Estofado de pavo con judías verdes y zanahoria - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 17.27%, G: 33.65%, HC: 49.08%, Az: 14.70gr Sal: 0.77gr, AGS: 2.32gr, 403.82 Kcal</p>	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria - Tortilla de patatas con calabacín - Picadillo de tomate con cebolla - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 8.07%, G: 41.65%, HC: 50.28%, Az: 22.99gr Sal: 0.62gr, AGS: 3.46gr, 529.41 Kcal</p>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo, zanahoria y guisantes - Palometa al horno con salsa de tomillo - Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 13.10%, G: 32.58%, HC: 54.32%, Az: 17.64gr Sal: 0.97gr, AGS: 2.86gr, 628.06 Kcal</p>	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas y zanahoria - Pasta de arroz con tomate y champiñones - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 6.38%, G: 32.24%, HC: 61.37%, Az: 25.98gr Sal: 2.31gr, AGS: 2.80gr, 518.61 Kcal</p>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de picadillo con huevo, pollo y garbanzos - Bacalao al horno - Menestra de champiñones, zanahoria, patatas y guisantes - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 18.94%, G: 37.61%, HC: 43.46%, Az: 15.13gr Sal: 0.88gr, AGS: 3.17gr, 515.37 Kcal</p>
<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con patata y zanahoria - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil - Brócoli y coliflor al horno - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 13.49%, G: 35.68%, HC: 50.84%, Az: 19.03gr Sal: 0.97gr, AGS: 2.77gr, 507.79 Kcal</p>	<p>1</p>	<p>2</p>	<p>3</p>	<p>4</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:

María de los Ángeles Álvarez (Colegiada nº 2148)