



(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	I. Nutricional
lunes		martes		miércoles		jueves		viernes		sábado		domingo																			
FESTIVO (**) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta		Espirales salteados Limanda empanada con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos		Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Pasta y Lácteos		Arroz tres delicias Croquetas de jamón con ensalada Postre lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta		Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta		(**) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta		(**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta		Kcal: 768 HC: 97 Prot: 31 Lip: 29																	
Tallarines al horno Merluza con jamón y queso con ensalada Postre lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta		Lentejas estofadas Lomo asado con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos		Crema de champiñones Albóndigas de atún en salsa verde con patatas dado Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos		Paella de pollo Tortilla francesa con ensalada Postre lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta		Menestra de verdura Estofado de pavo Postre lácteo y pan (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta		(**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos		(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta		Kcal: 691 HC: 89 Prot: 28 Lip: 26																	
Patatas a la riojana Merluza a la romana con ensalada Postre lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Precocinados con Legumbres y Fruta		Sopa de pescado con arroz Jamoncitos de pollo al horno con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos		Crema de calabacín Albóndigas en salsa con jardinera de champiñones Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Lácteos		JORNADA GASTRONÓMICA Tallarines salteados con verduras Katsu kare con carne con arroz salteado Postre Especial y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta		Garbanzos con arroz, espinacas y huevo Palometa con tomate con patatas panaderas Postre lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta		(**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta		(**) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta (* 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta		Kcal: 758 HC: 91 Prot: 34 Lip: 28																	
Crema de zanahoria y calabaza Tortilla de jamón york con ensalada Postre lácteo y pan (* 1º Patatas 2º Embutido / Carne Grasa con Pasta y Fruta		Lentejas estofadas Pechuga de pollo empanada con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta		Arroz con tomate Limanda a la romana con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos		Sopa de cocido Cocido completo Postre lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta		Judías verdes rehogadas con patatas Estofado de ternera con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan (* 1º Legumbres 2º Huevos con Patatas y Fruta		(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos		(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos		Kcal: 744 HC: 81 Prot: 32 Lip: 31																	
Crema de tomate Hamburguesa a la plancha con verduras salteadas Postre lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Carne Magra con Pasta y Fruta		Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con calabacín con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Precocinados con Patatas y Fruta		Coditos napolitana Merluza al horno con patatas dado Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos										Kcal: 640 HC: 76 Prot: 25 Lip: 23																	