



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
			1 Crema de calabacín Pollo al horno con patatas fritas Fruta y pan Cream of zucchini Baked chicken with french fries Fruit and bread (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	2 Guisantes salteados Merluza a la romana con lechuga y olivas negras Postre lácteo y pan Sautéed peas Battered & fried hake with lettuce & olives Dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta	3 (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	4 (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	Kcal: 686 HC: 71 Prot: 34 Lip: 33
5 Paella mixta Filete de pollo con lechuga y zanahoria Fruta y pan Mixed paella Chicken steak with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	6 Lentejas a la jardinera Lomo de Sajonia con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Vegetables lentils Kassler with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	7 Patatas con magro Filete de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan Pork & potato stew Hake steak with lettuce & sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Patatas y Lácteos	8 Alubias blancas estofadas Tortilla de jamón york con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Stewed white beans Cooked ham omelette with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	9 Macarrones gratinados Palometa a la andaluza con lechuga y remolacha Postre lácteo y pan Macaroni au gratin Andalusian style Pomfret with lettuce and beets Dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	10 (**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	11 (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	Kcal: 734 HC: 85 Prot: 32 Lip: 31
12 Sopa de ave con arroz Albóndigas a la jardinera con zanahorias y judías verdes Fruta y pan Chicken soup with rice Meatballs with vegetables with carrots & green beans Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	13 Crema de legumbres Estofado de pavo con patatas dado Fruta y pan Cream of legumes Turkey stew with diced potatoes Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	14 Espirales con tomate Merlán a la romana con lechuga y zanahoria Fruta y pan Spirals with tomato sauce Batter-fried whiting with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Legumbres y Lácteos	15 <b>FESTIVO</b> (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	16 <b>FESTIVO</b> (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Rice and Fruit (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos	17 (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	18 (**) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	Kcal: 751 HC: 90 Prot: 27 Lip: 29
19 Patatas guisadas Tortilla de atún con lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed potatoes Tuna omelette with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	20 Judías verdes salteadas Magro estofado con champiñones Fruta y pan Sautéed green beans Pork steak stew with mushrooms Fruit and bread (*) 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos	21 Lentejas estofadas Croquetas de jamón con lechuga y olivas negras Fruta y pan Stewed lentils Ham croquettes with lettuce & olives Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	22 Arroz napolitana Filete de merluza con guisantes salteados Fruta y pan Neapolitan rice Hake steak with sautéed peas Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	23 Coliflor con patatas Pollo asado con lechuga y maíz Postre lácteo y pan Cauliflower with potatoes Roasted chicken with lettuce & sweetcorn Dairy dessert and bread (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Arroz y Fruta	24 (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	25 (**) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (**) 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	Kcal: 729 HC: 78 Prot: 29 Lip: 33
26 Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed white beans Spanish potato omelette with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos	27 Macarrones gratinados Caella adobada con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Macaroni au gratin Pickled blue shark with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	28 Crema de zanahoria Hamburguesa a la plancha con lechuga y maíz Fruta y pan Cream of carrot Grilled hamburger with lettuce & sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Carne Magra con Patatas y Fruta					Kcal: 672 HC: 85 Prot: 26 Lip: 23