



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
	1 FESTIVO (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	2 FESTIVO (**) 1º Arroz 2º Precocinados con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Ready cooked with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	3 Arroz con verduras Merlán al horno con zanahorias baby Fruta y pan Rice with vegetable Baked whiting with baby carrots Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	4 Crema de calabaza Filete de pollo con patatas Postre lácteo y pan Cream of butternut squash Chicken steak with potatoes Dairy dessert and bread (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	5 (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos	6 (**) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	Kcal: 735 HC: 85 Prot: 29 Lip: 33
7 Macarrones gratinados San Jacobo con lechuga y maíz Fruta y pan Macaroni au gratin Cooked ham & cheese escalope with lettuce & sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	8 Lentejas a la jardinera Tortilla de atún con lechuga y zanahoria Fruta y pan Vegetables lentils Tuna omelette with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	9 Arroz napolitana Filete de merluza con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Neapolitan rice Hake steak with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	10 Coliflor rehogada Hamburguesa a la plancha con lechuga y olivas negras Fruta y pan Sautéed cauliflower Grilled hamburger with lettuce & olives Fruit and bread (*) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	11 Crema de calabacín Merlán a la romana con lechuga y zanahoria Postre lácteo y pan Cream of zucchini Batter-fried whiting with lettuce & carrot Dairy dessert and bread (*) 1º Arroz 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta	12 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	13 (**) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Potatoes 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	Kcal: 673 HC: 76 Prot: 26 Lip: 30
14 Arroz con tomate Estofado de magro a la jardinera con verduritas Fruta y pan Rice with tomato sauce Lean pork & vegetable stew with vegetables Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	15 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	16 Crema de zanahoria Huevos con bechamel con lechuga y maíz Fruta y pan Cream of carrot Eggs with white sauce with lettuce & sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Patatas 2º Precocinados con Legumbres y Lácteos	17 Espirales con verduras Atún con tomate con patatas dado Fruta y pan Spirals with vegetables Tuna with tomato sauce with diced potatoes Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	18 Lentejas estofadas Ragout de pavo con zanahorias salteadas Postre lácteo y pan Stewed lentils Turkey stew with sautéed carrots Dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	19 (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	20 (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	Kcal: 734 HC: 91 Prot: 32 Lip: 30
21 JORNADA BRASILEÑA Crema de maíz Lomo de cerdo con bananas Postre Especial y pan Creamed corn Pork loin with bananas Special desserts and bread (*) 1º Arroz 2º Precocinados con Verdura y Fruta	22 Patatas guisadas Caella adobada con lechuga y zanahoria Fruta y pan Stewed potatoes Pickled blue shark with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	23 Judías verdes rehogadas Jamonicitos de pollo con patatas dado Fruta y pan Sautéed green beans Chicken drumsticks with diced potatoes Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	24 Alubias pintas estofadas Bacalao con lechuga y maíz Fruta y pan Stewed pinto beans Codfish with lettuce & sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	25 Coditos boloñesa Tortilla francesa con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Postre lácteo y pan Pasta bolognese sauce Omelette with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Dairy dessert and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta	26 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos	27 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Rice and Fruit (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	Kcal: 681 HC: 76 Prot: 35 Lip: 26
28 Crema de legumbres Salteado moruno con patatas Fruta y pan Cream of legumes Shish-kabab with potatoes Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	29 Arroz con magro Merluza a la romana con lechuga y zanahoria Fruta y pan Pork with rice Battered & fried hake with lettuce & carrot Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	30 Macarrones napolitana Filete de pollo con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Macaroni in neapolitan sauce Chicken steak with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	31 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos				Kcal: 719 HC: 89 Prot: 34 Lip: 28