



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
LOS DÍAS DE FRUTA SE DARÁ LECHE COMO ACOMPAÑAMIENTO			1 Arroz con verduras Tortilla de queso con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	2 Lentejas a la jardinera Abadejo a la donostiarra con pisto Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	3 (**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	4 (**) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	Kcal: 703 HC: 92 Prot: 31 Lip: 26
	5 Patatas con magro Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y queso Natillas de chocolate y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	6 Alubias blancas estofadas Huevos revueltos con champiñones con lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos	7 Espaguetis al queso Palometa a la andaluza con lechuga y remolacha Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	8 Sopa de ave con arroz Albóndigas a la jardinera con zanahorias y judías verdes Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	9 Crema de legumbres Estofado de pavo con puré de patatas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	10 (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	11 (**) 1º Arroz 2º Precocinados con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos
12 FESTIVO (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	13 FESTIVO (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	14 Espirales con tomate Merlán en salsa verde con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta	15 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	16 Paella mixta Cinta de lomo con ensalada de frutos (lechuga, oliva negra y pipas) Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	17 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta (*) 1º Legumbres 2º Precocinados con Verdura y Lácteos	18 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	Kcal: 729 HC: 92 Prot: 34 Lip: 26
19 Lentejas estofadas Croquetas de jamón con lechuga y olivas negras Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	20 Arroz napolitana Merluza al horno con guisantes salteados Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	21 Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con lechuga, jamón y queso Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	22 Coliflor gratinada Pollo asado con lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Lácteos	23 Macarrones gratinados Caella empanada con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos	24 (**) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	25 (**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	Kcal: 722 HC: 85 Prot: 35 Lip: 29
26 Crema de zanahoria Lenguadina a la romana con ensalada César Yogur y pan (*) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	27 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	28 Arroz tres delicias Ventresca de merluza al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos					Kcal: 687 HC: 88 Prot: 37 Lip: 23