



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
<p>LOS DÍAS DE FRUTA SE DARÁ LECHE COMO ACOMPAÑAMIENTO</p>		<p><b>1</b></p> <p><b>FESTIVO</b> (**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta</p>	<p><b>2</b></p> <p>Arroz negro Croquetas y empanadillas con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Flan y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p><b>3</b></p> <p>Espaguetis boloñesa Merluza al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p><b>4</b></p> <p>(**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta</p>	<p><b>5</b></p> <p>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Fruta</p>	<p>Kcal: 817 HC: 115 Prot: 38 Lip: 26</p>
<p><b>6</b></p> <p>Patatas a la riojana Huevos gratinados con tomate Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p><b>7</b></p> <p>Lentejas con verduras Chuleta de Sajonia con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos</p>	<p><b>8</b></p> <p>Espirales al ajillo Merlán al horno con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos</p>	<p><b>9</b></p> <p>Guisantes salteados con jamón Hamburguesa de ternera con ketchup y patatas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Verdura y Fruta</p>	<p><b>10</b></p> <p>Crema de calabaza Palometa con tomate con pisto Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p><b>11</b></p> <p>(**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos</p>	<p><b>12</b></p> <p>(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta</p>	<p>Kcal: 651 HC: 71 Prot: 30 Lip: 27</p>
<p><b>13</b></p> <p>Judías verdes rehogadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Yogur y pan (*) 1º Legumbres 2º Precocinados con Pasta y Fruta</p>	<p><b>14</b></p> <p>Arroz napolitana Ventresca de merluza al horno con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos</p>	<p><b>15</b></p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>16</b></p> <p><b>JORNADA ESCOCESA</b> Rumbledethumbs Broiled Haddock con ensalada Cranachan y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p><b>17</b></p> <p>Crema de legumbres Lomo al ajillo con patatas fritas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p><b>18</b></p> <p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>19</b></p> <p>(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>Kcal: 627 HC: 73 Prot: 30 Lip: 23</p>
<p><b>20</b></p> <p>Sopa de picadillo Magro en salsa con patatas fritas Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p><b>21</b></p> <p>Alubias pintas estofadas Caella a la andaluza con arroz y champiñones Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>22</b></p> <p>Coditos gratinados Huevos revueltos con picadillo con lechuga y palitos de cangrejo Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p><b>23</b></p> <p>Crema de calabacín con queso Pollo al chilindrón con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Precocinados con Legumbres y Lácteos</p>	<p><b>24</b></p> <p>Arroz con boloñesa de atún Limanda a la romana con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p><b>25</b></p> <p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta</p>	<p><b>26</b></p> <p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>Kcal: 701 HC: 81 Prot: 35 Lip: 28</p>
<p><b>27</b></p> <p>Lentejas a la riojana Tortilla de queso con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Fruta</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis napolitana Rape al horno con lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos</p>	<p><b>29</b></p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>30</b></p> <p>Arroz milanés Filete de pollo con ensalada de frutos (lechuga, oliva negra y pipas) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>				<p>Kcal: 728 HC: 84 Prot: 39 Lip: 30</p>