



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
		1 Tricolor de verdura rehogada Estofado de lomo a la cazadora Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	2 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Verdura y Lácteos	3 Lentejas con verduras Merluza en salsa verde Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	4 (**) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	5 (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	Kcal: 566 HC: 77 Prot: 33 Lip: 16
6 Potaje de garbanzos Tortilla casera de atún con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	7 Crema de calabacín Albóndigas en salsa española Postre lácteo y pan (*) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	8 Arroz con tomate Bacalao con verduritas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	9 Alubias blancas estofadas Lomo al horno con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	10 Pasta napolitana Formas de pescado con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos	11 (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	12 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	Kcal: 696 HC: 84 Prot: 34 Lip: 27
13 Sopa casera con arroz Pollo asado con patatas a lo pobre Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	14 Lentejas a la jardinera San Jacobo con ensalada Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	15 Pasta boloñesa Merluza andaluza con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	16 Judías verdes salteadas Pinchos morunos con arroz Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	17 Alubias guisadas Tortilla de patatas con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	18 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta (*) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	19 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (*) 1º Arroz 2º Embutido / Carne Grasa con Verdura y Lácteos	Kcal: 824 HC: 91 Prot: 34 Lip: 36
20 JORNADA GASTRONÓMICA Crema de garbanzos Karahi de pollo Postre Especial y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	21 Arroz a la cubana Lomo fresco al pimentón rebozado con ensalada Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta	22 Lentejas estofadas con verduras Merluza en salsa verde Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	23 Crema de verduras Hamburguesa con patatas Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	24 Pasta pomodoro Tortilla casera hortelana con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	25 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	26 (**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	Kcal: 691 HC: 85 Prot: 30 Lip: 25
27 Crema de calabacín Estofado de lomo a la cazadora Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Embutido / Carne Grasa con Verdura y Fruta	28 Lentejas a la campesina Tortilla de jamón york con ensalada Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	29 Judías verdes con refrito Pechuga de pollo a la milanesa con ensalada Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Lácteos	30 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	31 Arroz con tomate Merluza andaluza con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos			Kcal: 633 HC: 77 Prot: 36 Lip: 23