























LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<ul style="list-style-type: none"> - Arroz guisado con pollo - Merluza en salsa verde con lechuga y zanahoria - Melón - Pan y agua <p>Kcal: 726- Lip: 30- Hc: 89- Pro: 25 1</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Lentejas ECO estofadas con zanahoria - Tortilla de atún con lechuga y tomate - Naranja - Pan integral y agua <p>Kcal: 545- Lip: 24- Hc: 62- Pro: 28 2</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza - Albóndigas mixtas en salsa con patatas al vapor - Yogur natural - Pan y agua <p>Kcal: 579- Lip: 27- Hc: 77- Pro: 18 3</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Espaguetis integrales con tomate y chorizo - Palometa al horno c/ lechuga y zanahoria - Manzana - Pan y agua <p>Kcal: 633- Lip: 28- Hc: 77- Pro: 28 4</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Brócoli gratinado - Garbanzos rehogados con ensalada de lechuga - Yogur natural - Pan integral y agua <p>Kcal: 561- Lip: 29- Hc: 64- Pro: 30 5</p> 
<ul style="list-style-type: none"> - Patatas a la riojana con chorizo - Salmón al horno con lechuga y tomate - Pera - Pan y agua <p>Kcal: 772- Lip: 46- Hc: 57- Pro: 38 8</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Judías verdes rehogadas - Jamoncitos de pollo en salsa con zanahorias baby y cuscús - Manzana ECO - Pan integral y agua <p>Kcal: 671- Lip: 38- Hc: 55- Pro: 38 9</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Salmorejo cordobés - Guisantes en salsa rehogados con patata - Yogur natural - Pan y agua <p>Kcal: 526- Lip: 23- Hc: 67- Pro: 25 10</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz guisado con magro - Rape al horno con lechuga y zanahoria - Nectarina - Pan y agua <p>Kcal: 664- Lip: 26- Hc: 84- Pro: 24 11</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con verduras - Tortilla de york con rodajas de tomate - Yogur natural - Pan integral y agua <p>Kcal: 584- Lip: 30- Hc: 62- Pro: 28 12</p> 
<ul style="list-style-type: none"> - Macarrones integrales c/ tomate y atún - Bacalao al horno con lechuga y zanahoria - Pera - Pan y agua <p>Kcal: 666- Lip: 24- Hc: 84- Pro: 38 15</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Lentejas ECO estofadas con verduras - Tortilla de patata con rodajas de tomate - Naranja - Pan integral y agua <p>Kcal: 636- Lip: 34- Hc: 66- Pro: 26 16</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Paella de verduras - Lomo de cerdo asado al horno con lechuga - Yogur natural - Pan y agua <p>Kcal: 775- Lip: 34- Hc: 84- Pro: 32 17</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Sopa juliana de verduras - Lasaña vegetal con lechuga y tomate - Plátano - Pan y agua <p>Kcal: 654- Lip: 22- Hc: 97- Pro: 28 18</p> 	<p>MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO Entremeses variados / Hamburguesa mixta a la plancha con patatas fritas / Actimel / Pan integral y agua</p> <p>Kcal: 543- Lip: 31- Hc: 58- Pro: 16 19</p> 
<ul style="list-style-type: none"> - Coditos con tomate - Solla al horno con lechuga y zanahoria - Manzana - Pan y agua <p>Kcal: 557- Lip: 21- Hc: 74- Pro: 24 22</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín - Tortilla de york con rodajas de tomate - Pera - Pan integral y agua <p>Kcal: 472- Lip: 27- Hc: 47- Pro: 17 23</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Yogur natural - Pan y agua <p>Kcal: 676- Lip: 27- Hc: 81- Pro: 25 24</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz frito tres delicias - Pollo a la plancha con lechuga - Naranja - Pan y agua <p>Kcal: 655- Lip: 23- Hc: 84- Pro: 30 25</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Lentejas estofadas con zanahoria - Merluza al horno con lechuga y tomate - Yogur natural - Pan integral y agua <p>Kcal: 593- Lip: 26- Hc: 64- Pro: 32 26</p> 
<ul style="list-style-type: none"> - Ensalada campera de patata y atún - Croquetas de jamón con lechuga - Pera - Pan y agua <p>Kcal: 597- Lip: 26- Hc: 80- Pro: 17 29</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Espaguetis integrales c/ tomate y queso - Lomo de sajonia con rodajas de tomate - Yogur - Pan integral y agua <p>Kcal: 714- Lip: 31- Hc: 78- Pro: 35 30</p> 			



Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente.

La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio. A parte del postre, se ofrece leche como complemento para quien lo desee.

Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes alérgenos: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, leche, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato (Véase el recetario en el QR).

Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.