

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

28	29	30	31	1
<p>- Crema de champiñones, calabacín y zanahoria v.1</p> <p>- Contramuslo de pollo asado al horno v1</p> <p>- Cus cus hervido</p> <p>- Fruta:manzana</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 17.20%, G: 30.03%, HC: 52.77%, Az: 18.04gr Sal: 1.11gr, AGS: 2.00gr, 429.93 Kcal</p>	<p>- Arroz guisado con pollo v.1</p> <p>- Tortilla francesa a mano</p> <p>- Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras</p> <p>- Fruta:pera</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 14.45%, G: 35.34%, HC: 50.21%, Az: 17.89gr Sal: 1.42gr, AGS: 3.65gr, 531.86 Kcal</p>	<p>- Sopa con patata, zanahoria, fideos y garbanzos v.1</p> <p>- Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate v.2</p> <p>- Huevo duro v1</p> <p>- Fruta:naranja</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 15.31%, G: 23.71%, HC: 60.98%, Az: 19.35gr Sal: 1.22gr, AGS: 2.49gr, 543.11 Kcal</p>	<p>- Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pepino y huevo duro.</p> <p>- Pasta con tomate y calabacín</p> <p>- Fruta:pera</p> <p>- Pan ecológico integral 100%</p> <p>P: 13.12%, G: 22.22%, HC: 64.66%, Az: 22.56gr Sal: 1.99gr, AGS: 2.37gr, 462.06 Kcal</p>	<p>- Ensalada de tomate, lechuga, huevo duro, aceitunas y maíz</p> <p>- Pasta con tomate y pollo</p> <p>- Fruta:mandarina</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 15.11%, G: 35.34%, HC: 49.55%, Az: 15.30gr Sal: 1.54gr, AGS: 3.34gr, 477.67 Kcal</p>
<p>- Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2</p> <p>- Pinchitos de pollo al horno con salsa de pimienta y cebolla</p> <p>- Patatas gajo especiadas al horno v1</p> <p>- Fruta: plátano</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 13.30%, G: 29.00%, HC: 57.70%, Az: 28.56gr Sal: 0.91gr, AGS: 1.97gr, 409.53 Kcal</p>	<p>- Arroz hervido con tomate</p> <p>- Salmón al limón al horno</p> <p>- Ensalada de lechuga, zanahoria natural, maíz y aceitunas.</p> <p>- Fruta:naranja</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 17.90%, G: 32.45%, HC: 49.65%, Az: 14.05gr Sal: 4.33gr, AGS: 2.90gr, 531.29 Kcal</p>	<p>- Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimienta v1</p> <p>- Tortilla de patata con calabacín ta v2</p> <p>- Tomate y pepino aliñado v1</p> <p>- Fruta:manzana</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 13.97%, G: 35.06%, HC: 50.98%, Az: 19.80gr Sal: 1.40gr, AGS: 2.93gr, 533.71 Kcal</p>	<p>- Sopa de fideos, garbanzos, patata y zanahoria v2</p> <p>- Rosada al horno con cebolla y tomillo v2</p> <p>- Menestra de zanahoria y brocoli hervida</p> <p>- Fruta:pera</p> <p>- Pan ecológico integral 100%</p> <p>P: 23.13%, G: 22.31%, HC: 54.55%, Az: 21.32gr Sal: 1.05gr, AGS: 1.50gr, 427.97 Kcal</p>	<p>- Ensalada de tomate, lechuga, huevo duro, aceitunas y maíz</p> <p>- Pasta con tomate y pollo</p> <p>- Fruta:mandarina</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 15.11%, G: 35.34%, HC: 49.55%, Az: 15.30gr Sal: 1.54gr, AGS: 3.34gr, 477.67 Kcal</p>
<p>- Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria v.1</p> <p>- Bacalao frito v2</p> <p>- Patatas a lo pobre al horno con pimientos</p> <p>- Fruta: plátano</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 12.68%, G: 37.30%, HC: 50.03%, Az: 27.69gr Sal: 1.96gr, AGS: 2.91gr, 527.51 Kcal</p>	<p>- Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pepino y huevo duro.</p> <p>- Pasta con tomate y berenjena</p> <p>- Fruta:manzana</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 12.23%, G: 27.27%, HC: 60.50%, Az: 19.38gr Sal: 1.29gr, AGS: 2.82gr, 489.76 Kcal</p>	<p>- Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1</p> <p>- Tortilla francesa al horno</p> <p>- Salteado de calabacín y setas</p> <p>- Fruta:pera</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 13.87%, G: 37.56%, HC: 48.58%, Az: 19.40gr Sal: 1.07gr, AGS: 3.25gr, 484.52 Kcal</p>	<p>- Ensalada de lechuga, maíz, tomate y zanahoria</p> <p>- Albóndigas de pollo al horno con salsa de tomate</p> <p>- Arroz hervido v.1</p> <p>- Fruta:naranja</p> <p>- Pan ecológico integral 100%</p> <p>P: 15.27%, G: 35.86%, HC: 48.87%, Az: 16.78gr Sal: 1.58gr, AGS: 3.56gr, 543.62 Kcal</p>	<p>- Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1</p> <p>- Tortilla de patata con cebolla ta v1</p> <p>- Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate</p> <p>- Fruta:pera</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 13.75%, G: 32.82%, HC: 53.43%, Az: 22.47gr Sal: 2.12gr, AGS: 2.90gr, 503.72 Kcal</p>
<p>- Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y calabacín</p> <p>- Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa</p> <p>- Cus cus hervido</p> <p>- Fruta:pera</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 16.65%, G: 27.96%, HC: 55.39%, Az: 21.01gr Sal: 1.99gr, AGS: 2.28gr, 510.09 Kcal</p>	<p>- Arroz guisado con pollo v.1</p> <p>- Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2</p> <p>- Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz y zanahoria</p> <p>- Fruta:manzana</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 17.77%, G: 31.75%, HC: 50.47%, Az: 17.28gr Sal: 1.28gr, AGS: 2.77gr, 534.24 Kcal</p>	<p>- Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1</p> <p>- Tortilla de patata con cebolla ta v1</p> <p>- Tomate aliñado</p> <p>- Fruta:naranja</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 14.99%, G: 33.49%, HC: 51.52%, Az: 18.29gr Sal: 2.30gr, AGS: 3.05gr, 510.28 Kcal</p>	<p>- Sopa de fideos, garbanzos, patata y zanahoria v2</p> <p>- Bacalao al horno con ajitos v3</p> <p>- Menestra de zanahoria y brocoli hervida</p> <p>- Fruta: plátano</p> <p>- Pan ecológico integral 100%</p> <p>P: 17.53%, G: 24.73%, HC: 57.73%, Az: 28.29gr Sal: 2.12gr, AGS: 1.86gr, 471.68 Kcal</p>	<p>- Ensalada de lechuga, maíz, tomate y zanahoria</p> <p>- Coditos con salsa de tomate, zanahoria, cebolla y pimienta v2</p> <p>- Fruta:manzana</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 9.20%, G: 31.61%, HC: 59.19%, Az: 21.43gr Sal: 1.32gr, AGS: 2.23gr, 452.22 Kcal</p>
<p>- Crema de espinacas, calabacín y cebolla</p> <p>- Contramuslo de pollo al horno con salsa de tomate</p> <p>- Patatas gajo especiadas al horno v1</p> <p>- Fruta: plátano</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 15.47%, G: 34.18%, HC: 50.35%, Az: 27.56gr Sal: 1.04gr, AGS: 2.57gr, 468.19 Kcal</p>	<p>- Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pepino y huevo duro.</p> <p>- Espirales con salsa de tomate v.1</p> <p>- Fruta:naranja</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 13.12%, G: 30.29%, HC: 56.59%, Az: 17.03gr Sal: 1.17gr, AGS: 2.77gr, 429.81 Kcal</p>	<p>- Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1</p> <p>- Tortilla francesa al horno</p> <p>- Coliflor, champiñones y zanahoria al vapor</p> <p>- Fruta:manzana</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 15.62%, G: 36.98%, HC: 47.40%, Az: 17.70gr Sal: 1.08gr, AGS: 3.00gr, 460.63 Kcal</p>	<p>- Arroz hervido con tomate</p> <p>- Palometa guisada en salsa verde</p> <p>- Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria</p> <p>- Fruta:pera</p> <p>- Pan ecológico integral 100%</p> <p>P: 16.05%, G: 29.37%, HC: 54.58%, Az: 18.24gr Sal: 1.15gr, AGS: 2.97gr, 506.98 Kcal</p>	<p>- Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimienta v1</p> <p>- Tortilla de patata con calabacín ta v2</p> <p>- Tomate y pepino aliñado v1</p> <p>- Fruta:manzana</p> <p>- Pan blanco ecológico</p> <p>P: 13.97%, G: 35.06%, HC: 50.98%, Az: 19.80gr Sal: 1.40gr, AGS: 2.93gr, 533.71 Kcal</p>

 F. Cáscara /
  Apio /
  Mostaza /
  Sésamo /
  SO2 /
  Moluscos /
  Altramuces /
  Gluten /
  Crustáceos /
  Huevos /
  Pescados /
  Cacahuets /
  Soja /
  Lácteos

* NOTA INFORMATIVA PARA PADRES Y MADRES

La fruta podrá ser sustituida por zumo de naranja ecológica natural u otra fruta debido a las fluctuaciones del mercado de temporada.

Elaborado por:

Cristina Vázquez (Colegiada nº AND-646)