

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p><b>2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones</li> <li>- Pavo al horno con salsa de cebolla y ajo v3</li> <li>- Patatas a lo pobre al horno con pimientos</li> <li>- Fruta:mandarina</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 14.22%, G: 38.89%, HC: 46.89%, Az: 13.93gr Sal: 0.90gr, AGS: 2.45gr, 490.53 Kcal</p>	<p><b>3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de estrellitas, patata, zanahoria y pollo v.1</li> <li>- Salmón al limón al horno</li> <li>- Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 21.21%, G: 28.94%, HC: 49.85%, Az: 27.36gr Sal: 4.17gr, AGS: 2.54gr, 494.46 Kcal</p>	<p><b>4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1</li> <li>- Tortilla de patata con cebolla v1</li> <li>- Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras</li> <li>- Fruta:pera</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 14.27%, G: 33.53%, HC: 52.20%, Az: 21.89gr Sal: 2.39gr, AGS: 3.18gr, 528.24 Kcal</p>	<p><b>5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de tomate, lechuga, huevo duro, aceitunas y maíz</li> <li>- Pasta con tomate y pollo</li> <li>- Fruta:manzana</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> <li>- Fruta:pera</li> </ul> <p>P: 14.19%, G: 33.97%, HC: 51.84%, Az: 20.80gr Sal: 1.56gr, AGS: 3.36gr, 497.58 Kcal</p>	<p><b>6</b></p>
<p><b>9</b></p>	<p><b>10</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria v.1</li> <li>- Albóndigas de pollo al horno con salsa de tomate</li> <li>- Arroz hervido v.1</li> <li>- Fruta:naranja</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 14.37%, G: 34.01%, HC: 51.62%, Az: 18.01gr Sal: 1.36gr, AGS: 3.57gr, 590.59 Kcal</p>	<p><b>11</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pepino y huevo duro.</li> <li>- Pasta con tomate y berenjena</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 11.91%, G: 25.14%, HC: 62.95%, Az: 28.43gr Sal: 1.28gr, AGS: 2.96gr, 536.56 Kcal</p>	<p><b>12</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1</li> <li>- Tortilla francesa a mano</li> <li>- Tomate y pepino aliñado v1</li> <li>- Fruta:pera</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 18.13%, G: 24.15%, HC: 57.72%, Az: 19.93gr Sal: 1.36gr, AGS: 2.12gr, 399.12 Kcal</p>	<p><b>13</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de picadillo con patata, garbanzo, huevo duro, zanahoria y pollo v1</li> <li>- Bacalao frito v2</li> <li>- Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate</li> <li>- Fruta:manzana</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 18.39%, G: 32.81%, HC: 48.79%, Az: 17.13gr Sal: 2.28gr, AGS: 2.03gr, 412.06 Kcal</p>
<p><b>16</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2</li> <li>- Contramuslo de pollo asado al horno al limón</li> <li>- Patatas gajo especiadas al horno v1</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 16.32%, G: 27.10%, HC: 56.59%, Az: 28.12gr Sal: 0.93gr, AGS: 1.89gr, 409.01 Kcal</p>	<p><b>17</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1</li> <li>- Tortilla francesa a mano</li> <li>- Menestra de zanahoria y brocoli hervida</li> <li>- Fruta:naranja</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 18.99%, G: 34.09%, HC: 46.92%, Az: 16.38gr Sal: 1.69gr, AGS: 2.92gr, 453.74 Kcal</p>	<p><b>18</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz hervido con tomate</li> <li>- Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2</li> <li>- Ensalada de lechuga, zanahoria natural, maíz y aceitunas</li> <li>- Fruta:manzana</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 13.36%, G: 32.94%, HC: 53.70%, Az: 16.35gr Sal: 1.31gr, AGS: 2.75gr, 518.80 Kcal</p>	<p><b>19</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1</li> <li>- Tortilla de patata con calabacín v2</li> <li>- Tomate aliñado con aceitunas</li> <li>- Fruta:pera</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 13.95%, G: 34.57%, HC: 51.47%, Az: 20.72gr Sal: 1.01gr, AGS: 2.67gr, 492.45 Kcal</p>	<p><b>20</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, tomate, aceitunas, maíz y huevo duro</li> <li>- Pasta con salsa de tomate, zanahoria, cebolla y pimiento</li> <li>- Yogurt de soja</li> <li>- Fruta:pera</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 16.81%, G: 21.06%, HC: 62.13%, Az: 7.32gr Sal: 1.32gr, AGS: 2.19gr, 450.82 Kcal</p>
<p><b>23</b></p>	<p><b>24</b></p>	<p><b>25</b></p>	<p><b>26</b></p>	<p><b>27</b></p>
<p><b>30</b></p>	<p><b>31</b></p>	<p><b>1</b></p>	<p><b>2</b></p>	<p><b>3</b></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)