

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p><b>3</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 gajo especiadas al horno v1</li> <li>- Fruta:mandarina</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 14.46%, G: 38.09%, HC: 47.46%, Az: 13.93gr Sal: 0.90gr, AGS: 2.32gr, 476.33 Kcal</p>	<p><b>4</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 brotes tiernos con tomate y manzana</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 21.66%, G: 26.01%, HC: 52.32%, Az: 28.62gr Sal: 4.04gr, AGS: 2.22gr, 476.43 Kcal</p>	<p><b>5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, zanahoria, pepino y huevo duro</li> <li>- Espirales con salsa de tomate v.1</li> <li>- Fruta:manzana</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 11.87%, G: 29.07%, HC: 59.06%, Az: 18.47gr Sal: 1.13gr, AGS: 2.58gr, 425.89 Kcal</p>	<p><b>6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1</li> <li>- Tortilla de patata con calabacín ta v2</li> <li>- Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras</li> <li>- Fruta:pera</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 13.61%, G: 38.65%, HC: 47.74%, Az: 21.19gr Sal: 1.42gr, AGS: 3.39gr, 556.88 Kcal</p>	<p><b>7</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz hervido con tomate</li> <li>- Gallo al vapor con aove</li> <li>- Menestra de zanahoria y brocoli hervida</li> <li>- Fruta:naranja</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 16.48%, G: 31.12%, HC: 52.41%, Az: 14.63gr Sal: 1.23gr, AGS: 2.41gr, 497.79 Kcal</p>
<p><b>10</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de espinacas, calabacín y cebolla</li> <li>- Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa</li> <li>- Patatas panaderas con pimientos al horno v.1</li> <li>- Fruta:manzana</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 16.94%, G: 35.54%, HC: 47.52%, Az: 19.42gr Sal: 1.23gr, AGS: 2.32gr, 416.26 Kcal</p>	<p><b>11</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz guisado con pollo v.1</li> <li>- Tortilla francesa a mano</li> <li>- Ensalada de brotes tiernos con tomate</li> <li>- Fruta:pera</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 15.82%, G: 28.68%, HC: 55.50%, Az: 18.02gr Sal: 1.14gr, AGS: 2.87gr, 483.19 Kcal</p>	<p><b>12</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y calabacín</li> <li>- Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2</li> <li>- Brocoli hervido</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 15.71%, G: 35.91%, HC: 48.38%, Az: 26.51gr Sal: 0.81gr, AGS: 2.77gr, 472.54 Kcal</p>	<p><b>13</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1</li> <li>- Tortilla de patata con cebolla ta v1</li> <li>- Crudités de zanahoria</li> <li>- Fruta:naranja</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 14.22%, G: 26.46%, HC: 59.32%, Az: 21.59gr Sal: 1.83gr, AGS: 2.41gr, 468.79 Kcal</p>	<p><b>14</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro</li> <li>- Pasta con tomate y pollo</li> <li>- Fruta:manzana</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 13.88%, G: 32.34%, HC: 53.78%, Az: 21.19gr Sal: 1.68gr, AGS: 3.16gr, 495.38 Kcal</p>
<p><b>17</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2</li> <li>- Merluza guisada en salsa verde</li> <li>- Cus cus hervido</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 17.46%, G: 22.45%, HC: 60.09%, Az: 28.05gr Sal: 0.92gr, AGS: 1.67gr, 443.41 Kcal</p>	<p><b>18</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cazuela de fideos con patata, limanda, guisantes y zanahoria</li> <li>- Tortilla francesa a mano</li> <li>- Tomate aliñado</li> <li>- Fruta:mandarina</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 18.00%, G: 34.24%, HC: 47.76%, Az: 12.71gr Sal: 1.39gr, AGS: 2.85gr, 429.36 Kcal</p>	<p><b>19</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, pepino, zanahoria y maíz</li> <li>- Espirales con tomate y atún v1</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 12.09%, G: 23.23%, HC: 64.68%, Az: 29.37gr Sal: 1.74gr, AGS: 1.87gr, 461.92 Kcal</p>	<p><b>20</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1</li> <li>- Tortilla de patata con calabacín ta v2</li> <li>- Lechuga aliñada</li> <li>- Fruta:pera</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 15.14%, G: 32.41%, HC: 52.44%, Az: 21.48gr Sal: 1.43gr, AGS: 2.61gr, 504.09 Kcal</p>	<p><b>21</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz hervido con tomate</li> <li>- Bacalao frito v2</li> <li>- Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y aceitunas.</li> <li>- Fruta:manzana</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 12.48%, G: 31.34%, HC: 56.17%, Az: 16.43gr Sal: 2.33gr, AGS: 2.40gr, 524.26 Kcal</p>
<p><b>24</b></p>	<p><b>25</b></p>	<p><b>26</b></p>	<p><b>27</b></p>	<p><b>28</b></p>
<p><b>3</b></p>	<p><b>4</b></p>	<p><b>5</b></p>	<p><b>6</b></p>	<p><b>7</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)

Catering El Cantaro. Tlf.: 951 10 27 48 - Ramón Hernández, 15. Polígono Villarosa. 29004 Málaga.