

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
30	31	1	2	3
6	7	8	9	10
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Potaje de garbanzos con verduras</li> <li>- Huevo duro v2</li> <li>- Ensalada de lechuga, maíz y atun</li> <li>- Naranja</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 16.05%, G: 35.96%, HC: 47.99%, Az: 13.28gr Sal: 1.28gr, AGS: 3.61gr, 476.60 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y calabacín</li> <li>- Salmon al horno con eneldo</li> <li>- Tomate aliñado con maíz</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 18.78%, G: 31.77%, HC: 49.45%, Az: 29.40gr Sal: 4.16gr, AGS: 2.81gr, 542.05 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro</li> <li>- Pasta sin gluten con tomate y ternera</li> <li>- Mandarina</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 14.78%, G: 37.23%, HC: 47.98%, Az: 14.18gr Sal: 1.52gr, AGS: 3.82gr, 544.04 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria v.1</li> <li>- Contramuslo de pollo asado al horno al limón</li> <li>- Patatas gajo especiadas al horno v1</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 13.43%, G: 33.23%, HC: 53.34%, Az: 29.38gr Sal: 1.02gr, AGS: 2.67gr, 517.97 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz hervido con ajo, aove y sal</li> <li>- Bacalao guisado con zanahoria, pimienta, cebolla y tomate</li> <li>- Pera</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 15.41%, G: 26.51%, HC: 58.07%, Az: 14.20gr Sal: 0.95gr, AGS: 1.91gr, 473.66 Kcal</p>
13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones</li> <li>- Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa</li> <li>- Lechuga aliñada</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 15.96%, G: 31.46%, HC: 52.59%, Az: 29.99gr Sal: 1.28gr, AGS: 2.34gr, 464.72 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de pasta sin gluten con maíz, zanahoria, atún y aceitunas.</li> <li>- Omelet</li> <li>- Judias verdes salteadas</li> <li>- Pera</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 11.65%, G: 35.89%, HC: 52.46%, Az: 16.12gr Sal: 1.72gr, AGS: 3.81gr, 515.65 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, brotes tiernos, queso fresco y remolacha</li> <li>- Potaje de garbanzos con acelgas</li> <li>- Mandarina</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 12.23%, G: 36.31%, HC: 51.46%, Az: 16.82gr Sal: 1.54gr, AGS: 3.82gr, 503.56 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz integral hervido con tomate</li> <li>- Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2</li> <li>- Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras</li> <li>- Manzana</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 15.37%, G: 36.77%, HC: 47.86%, Az: 11.79gr Sal: 1.31gr, AGS: 2.77gr, 491.41 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1</li> <li>- Tortilla de patata con cebolla v1</li> <li>- Tomate aliñado</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 12.52%, G: 29.51%, HC: 57.98%, Az: 30.12gr Sal: 1.97gr, AGS: 3.00gr, 579.81 Kcal</p>
20	21	22	23	24
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verduras con patata, calabacín, espinacas y cebolla</li> <li>- Pavo guisado con salsa de cebolla y ajo</li> <li>- Patatas gajo especiadas al horno v1</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 11.66%, G: 35.21%, HC: 53.13%, Az: 28.86gr Sal: 0.96gr, AGS: 2.77gr, 605.02 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Potaje de garbanzos con verduras</li> <li>- Huevos revueltos</li> <li>- Tomate y pepino aliñado v1</li> <li>- Naranja</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 16.30%, G: 35.54%, HC: 48.15%, Az: 12.89gr Sal: 1.20gr, AGS: 2.87gr, 462.05 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta sin gluten con tomate y champiñones</li> <li>- Merluza al horno</li> <li>- Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria</li> <li>- Manzana</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 12.74%, G: 34.40%, HC: 51.86%, Az: 13.80gr Sal: 1.80gr, AGS: 2.74gr, 526.29 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cazuela de arroz con verduras</li> <li>- Magro de cerdo guisado en salsa con champiñones</li> <li>- Ensalada de brotes tiernos, tomate y manzana</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 13.71%, G: 32.38%, HC: 53.91%, Az: 16.90gr Sal: 1.31gr, AGS: 3.10gr, 547.24 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2</li> <li>- Ensalada de garbanzos crujientes con lechuga, maíz, zanahoria y aceitunas</li> <li>- Queso fresco</li> <li>- Yogurt natural</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 15.58%, G: 27.96%, HC: 56.46%, Az: 22.81gr Sal: 1.18gr, AGS: 4.65gr, 419.61 Kcal</p>
27	28	29	30	1
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Potaje de garbanzos con verduras</li> <li>- Pinchitos de pollo al horno en salsa de pimienta y cebolla</li> <li>- Lechuga aliñada</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 20.40%, G: 25.91%, HC: 53.69%, Az: 28.91gr Sal: 1.09gr, AGS: 2.77gr, 554.02 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, huevo duro, zanahoria, maíz y naranja</li> <li>- Pasta sin gluten con salsa de tomate, zanahoria, cebolla, pimienta y queso</li> <li>- Manzana</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 9.88%, G: 35.25%, HC: 54.87%, Az: 18.24gr Sal: 1.76gr, AGS: 4.43gr, 518.42 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de calabacín y puerros con queso</li> <li>- Merluza guisada en salsa verde</li> <li>- Patatas panaderas con pimientos al horno v.1</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 15.51%, G: 28.34%, HC: 56.16%, Az: 29.06gr Sal: 1.16gr, AGS: 3.00gr, 503.52 Kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guiso de judías blancas con patata, tomate, zanahoria, cebolla y pimienta</li> <li>- Tortilla de patata con cebolla v1</li> <li>- Tomate aliñado con maíz</li> <li>- Pera</li> <li>- Pan sin gluten</li> </ul> <p>P: 10.98%, G: 37.06%, HC: 51.96%, Az: 18.33gr Sal: 1.78gr, AGS: 3.12gr, 492.74 Kcal</p>	1

 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.