

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|--|--|--|--|--|
| 30 | 31 | 1 | 2 | 3 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| <ul style="list-style-type: none"> - Guiso de patatas con lentejas, zanahoria, calabacín y berenjena - Huevo duro v2 - Ensalada de lechuga, maíz y atun - Naranja - Pan blanco ecológico <p>P: 20.73%, G: 30.15%, HC: 49.12%, Az: 11.83gr Sal: 1.92gr, AGS: 3.08gr, 406.33 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y calabacín - Salmon al horno con eneldo - Tomate aliñado con maíz - Fruta: plátano - Pan ecológico integral 100% <p>P: 20.26%, G: 32.11%, HC: 47.62%, Az: 28.08gr Sal: 4.09gr, AGS: 2.73gr, 490.60 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro - Macarrones con salsa de tomate y ternera v1 - Mandarina - Pan blanco ecológico <p>P: 13.68%, G: 33.23%, HC: 53.09%, Az: 12.69gr Sal: 1.33gr, AGS: 3.16gr, 423.21 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria v.1 - Contramuslo de pollo asado al horno al limón - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan ecológico integral 100% <p>P: 14.64%, G: 33.69%, HC: 51.67%, Az: 28.06gr Sal: 0.96gr, AGS: 2.59gr, 466.52 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Arroz hervido con ajo, aove y sal - Bacalao guisado con zanahoria, pimienta, cebolla y tomate - Pera - Pan blanco ecológico <p>P: 16.76%, G: 26.06%, HC: 57.18%, Az: 12.78gr Sal: 0.87gr, AGS: 1.79gr, 426.30 Kcal</p> |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones - Pollo al horno - Lechuga aliñada - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico <p>P: 20.95%, G: 27.24%, HC: 51.80%, Az: 26.74gr Sal: 0.97gr, AGS: 1.80gr, 384.74 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de espirales con maíz, zanahoria, atún y aceitunas. - Omelet - Judias verdes salteadas - Pera - Pan ecológico integral 100% <p>P: 14.59%, G: 35.52%, HC: 49.89%, Az: 15.38gr Sal: 1.63gr, AGS: 3.73gr, 467.35 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, brotes tiernos, queso fresco y remolacha - Patatas con lentejas y acelgas estofadas - Mandarina - Pan blanco ecológico <p>P: 13.00%, G: 38.64%, HC: 48.36%, Az: 12.88gr Sal: 1.00gr, AGS: 3.17gr, 321.89 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Arroz integral hervido con tomate - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras - Manzana - Pan ecológico integral 100% <p>P: 16.80%, G: 37.50%, HC: 45.70%, Az: 10.47gr Sal: 1.24gr, AGS: 2.69gr, 439.96 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Tomate aliñado - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico <p>P: 9.29%, G: 36.34%, HC: 54.37%, Az: 31.53gr Sal: 1.55gr, AGS: 3.46gr, 515.07 Kcal</p> |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con patata, calabacín, espinacas y cebolla - Pavo guisado con salsa de cebolla y ajo - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico <p>P: 12.57%, G: 35.25%, HC: 52.18%, Az: 27.44gr Sal: 0.89gr, AGS: 2.65gr, 558.56 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Guiso de patatas con lentejas, zanahoria y pimienta - Huevos revueltos - Tomate y pepino aliñado v1 - Naranja - Pan ecológico integral 100% <p>P: 19.53%, G: 36.18%, HC: 44.29%, Az: 11.13gr Sal: 1.85gr, AGS: 2.93gr, 424.32 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Pasta integral con salsa de tomate y champiñones - Merluza frita v1 - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Manzana - Pan blanco ecológico <p>P: 15.78%, G: 36.69%, HC: 47.54%, Az: 12.45gr Sal: 1.34gr, AGS: 2.87gr, 509.42 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con verduras - Pollo al horno - Ensalada de brotes tiernos, tomate y manzana - Pera - Pan ecológico integral 100% <p>P: 17.06%, G: 27.76%, HC: 55.17%, Az: 14.93gr Sal: 1.16gr, AGS: 2.07gr, 447.22 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Ensalada de garbanzos crujientes con lechuga, maíz, zanahoria y aceitunas - Queso fresco - Yogurt natural - Pan blanco ecológico <p>P: 17.16%, G: 27.54%, HC: 55.31%, Az: 21.39gr Sal: 1.09gr, AGS: 4.53gr, 372.25 Kcal</p> |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 1 |
| <ul style="list-style-type: none"> - Guiso de patatas con lentejas, zanahoria, calabacín y berenjena - Pinchitos de pollo al horno en salsa de pimienta y cebolla - Lechuga aliñada - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico <p>P: 24.77%, G: 19.95%, HC: 55.28%, Az: 27.46gr Sal: 1.72gr, AGS: 1.63gr, 483.75 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, huevo duro, zanahoria, maíz y naranja - Coditos integrales con salsa de tomate, zanahoria, cebolla, pimienta y queso - Manzana - Pan ecológico integral 100% <p>P: 13.21%, G: 36.31%, HC: 50.48%, Az: 17.86gr Sal: 1.67gr, AGS: 4.44gr, 468.52 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín y puerros con queso - Merluza guisada en salsa verde - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico <p>P: 16.82%, G: 28.00%, HC: 55.18%, Az: 27.64gr Sal: 1.08gr, AGS: 2.88gr, 456.16 Kcal</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Guiso de judías blancas con patata, tomate, zanahoria, cebolla y pimienta - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Tomate aliñado con maíz - Pera - Pan ecológico integral 100% <p>P: 12.11%, G: 37.80%, HC: 50.09%, Az: 17.01gr Sal: 1.71gr, AGS: 3.04gr, 441.29 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.