



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

**3**

Crema de verduras

Ragout de ternera

Lechuga, maiz, espárragos

Natillas

Kcal. 682,80 Pt. 39,53 Lip. 27,26 HC. 69,81

**4**

Garbanzos estofados

Bacalao empanado

Lechuga, remolacha, soja

Fruta

Kcal. 604,21 Pt. 31,27 Lip. 18,33 HC. 78,52

**5**

Ensalada campera

Escalope de pollo asado

Con zanahoria baby

Fruta

Kcal. 677,25 Pt. 36,50 Lip. 23,16 HC. 75,36

**6**

Arroz Murciano

Palometa en salsa de champiñón

Lechuga, maiz, tomate cherry

Fruta

Kcal. 665,30 Pt. 30,36 Lip. 18,19 HC. 92,41

**7**

Judías verdes salteadas

Lomo de cerdo adobado en salsa jardinera

Fruta

Kcal. 819,56 Pt. 36,82 Lip. 37,86 HC. 76,66

**10**

Lentejas a la campesina

Tortilla de patatas

Lechuga, maiz, espárragos

Yogur

Kcal. 758,24 Pt. 36,28 Lip. 27,97 HC. 85,33

**11**

Ensalada de pasta

Filete de pollo al ajillo

Lechuga, remolacha, soja

Fruta

Kcal. 786,83 Pt. 49,33 Lip. 29,08 HC. 78,68

**12**

Crema de calabaza

Hamburguesa de ternera

Con guisantes y patatas

Fruta

Kcal. 695,68 Pt. 24,04 Lip. 29,29 HC. 81,20

**13**

Sopa de cocido con fideos

Cocido completo

Fruta

Kcal. 803,13 Pt. 34,19 Lip. 27,73 HC. 98,17

**14**

Arroz blanco con salsa de tomate

Filete de abadejo en salsa de zanahoria

Lechuga, cebolla, zanahoria

Fruta

Kcal. 772,93 Pt. 30,81 Lip. 30,50 HC. 90,78

**17**

Ensaladilla rusa

Jamoncitos de pollo al limón

Lechuga, maiz, espárragos

Fruta

Kcal. 727,87 Pt. 44,69 Lip. 31,02 HC. 63,76

**18**

Alubias pintas estofadas

Salmón en salsa de curry

Lechuga, remolacha, soja

Fruta

Kcal. 639,88 Pt. 31,94 Lip. 21,51 HC. 70,58

**19**

Macarrones con tomate

Tortilla de calabacín

Lechuga, zanahoria, aceituna verde

Fruta

Kcal. 643,00 Pt. 17,08 Lip. 27,93 HC. 76,94

**20**

Crema de calabacín

Estofado de cerdo con verduras

Fruta

Kcal. 637,48 Pt. 40,59 Lip. 22,16 HC. 65,71

**21**

Paella de verduras

Filete de merluza a la hortelana

Yogur

Kcal. 606,89 Pt. 29,59 Lip. 13,61 HC. 91,49

**24**

Patatas guisadas a la marinera

Croquetas de jamón

Lechuga, maiz, espárragos

Fruta

Kcal. 663,03 Pt. 21,05 Lip. 21,63 HC. 92,18

**25**

Sopa de cocido con fideos

Cocido completo

Fruta

Kcal. 783,07 Pt. 29,53 Lip. 27,84 HC. 95,63

**26**

Ensalada de lentejas

Filete de merluza al donosti

Fruta

Kcal. 677,11 Pt. 31,52 Lip. 25,45 HC. 80,49

**27**

Crema de coliflor

Escalope de pollo asado

Ensalada de lechuga, cebolla y zanahoria

Natillas

Kcal. 628,53 Pt. 35,37 Lip. 29,86 HC. 54,55

**28**

Macarrones boloñesa

Tortilla francesa

Ensalada lechuga, zanahoria y aceituna verde

Fruta

Kcal. 737,51 Pt. 30,69 Lip. 34,11 HC. 71,29

**31**

Arroz con pollo

Filete de fogueiro al horno

Lechuga, maiz, espárragos

Yogur

Kcal. 604,83 Pt. 25,31 Lip. 20,75 HC. 79,18

El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años