

LUNES

10 719 Kcal. P.: 16 HC.: 44 L.: 39 G.: 8

ARROZ DE PESCADO
TORTILLA CON JAMÓN YORK Y QUESO
CON ENSALADA VARIADA
FRUTA

17 743 Kcal. P.: 7 HC.: 34 L.: 56 G.: 8

COLIFLOR CON PATATA Y ZANAHORIA
SAN JACOBO
CON ENSALADA VARIADA
FRUTA

24 714 Kcal. P.: 11 HC.: 45 L.: 42 G.: 7

MACARRONES CON TOMATE Y ORÉGANO
CONTRAMUSLO DE POLLO DESHUESADO
CON ENSALADA VARIADA
FRUTA

MARTES

11 722 Kcal. P.: 16 HC.: 37 L.: 42 G.: 7

POTAJE DE GARBANZOS
FILETE DE POLLO PLANCHA CON AJOACEITE
CON ENSALADA VARIADA
FRUTA

18 677 Kcal. P.: 16 HC.: 46 L.: 36 G.: 5

ESPIRALES TRICOLOR CON TOMATE
MERLUZA AL HORNO
CON VERDURAS
FRUTA

25 660 Kcal. P.: 18 HC.: 37 L.: 39 G.: 8

ALUBIAS PINTAS CON BORRAJA
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA VARIADA
FRUTA

MIÉRCOLES

12 731 Kcal. P.: 13 HC.: 32 L.: 52 G.: 14

JUDÍAS VERDES CON PATATA
ALBÓNDIGAS CON TOMATE
FRUTA

19 782 Kcal. P.: 11 HC.: 23 L.: 65 G.: 16

PURÉ DE VERDURAS
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
CON PATATAS FRITAS
FRUTA

26 707 Kcal. P.: 13 HC.: 42 L.: 43 G.: 7

ARROZ CON TOMATE
LIMANDA AL ORIO
CON ENSALADA VARIADA
FRUTA

JUEVES

13 742 Kcal. P.: 16 HC.: 28 L.: 54 G.: 15

SOPA DE FIDEOS
FILETE DE AGUJA PLANCHA
CON ENSALADA VARIADA
FRUTA

20 736 Kcal. P.: 21 HC.: 40 L.: 31 G.: 5

JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS
ABADEJO A LA ROMANA
CON ENSALADA VARIADA
FRUTA

27 779 Kcal. P.: 17 HC.: 30 L.: 51 G.: 16

CREMA NATURAL DE CALABAZA Y ZANAHORIA
HAMBURGUESA PLANCHA CON QUESO
CON GUARNICION VEGETAL
FRUTA

VIERNES

14 763 Kcal. P.: 26 HC.: 39 L.: 30 G.: 10

LENTEJAS CON CHISTORRA
MERLUZA CON TOMATE Y ZANAHORIA
HELADO

21 793 Kcal. P.: 13 HC.: 40 L.: 46 G.: 13

ARROZ CON COSTILLAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA DE TOMATE
HELADO

28 777 Kcal. P.: 22 HC.: 32 L.: 44 G.: 14

LENTEJAS ESTOFADAS
ESCALOPE A LA MILANESA
POSTRE LÁCTEO



NOTAS: "La valoración calórica está calculada para niños de 9-13 años. En el rango de edad de 3 a 8 años la valoración corresponde al 80% del valor estimado y en el rango de edad de 14 a 18 años al 125%. Valores expresados en % sobre energía total. La adaptación de los valores por franjas de edad aparece en el anverso del menú" Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas/ H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos **Nuestros menús incluyen todos los días PAN y la bebida será AGUA.**



