



(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses

2	3	4	5	6	7	8	I. Nutricional
lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	
<p>(**) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta</p>	<p>(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta</p>	<p>(**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p> <p>(*) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta</p> <p>(*) 1º Legumbres 2º Embutido/ Carne Grasa con Verdura y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p> <p>(*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>(**) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos</p>	<p>Kcal: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>Prot: 0</p> <p>Lip: 0</p>
<p>Lentejas estofadas Huevos Aurora con lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos</p>	<p>Arroz milanese Merluza en salsa verde con guisantes Postre lácteo y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>Judías verdes con patatas Albóndigas en salsa con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Patatas 2º Precocinados con Arroz y Lácteos</p>	<p>Macarrones carbonara Pollo asado con lechuga Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>Crema de guisantes Lomo asado con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta</p>	<p>(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p> <p>(*) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta</p>	<p>Kcal: 796</p> <p>HC: 100</p> <p>Prot: 37</p> <p>Lip: 29</p>
<p>Acelgas con patatas salteadas Tortilla francesa con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Legumbres 2º Embutido/ Carne Grasa con Patatas y Lácteos</p>	<p>Crema de calabacín Pinchos morunos con arroz salteado Postre lácteo y pan</p> <p>(*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>Sopa de fideos Palometa con tomate con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos</p>	<p>Garbanzos estofados Pechuga de pollo con lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>Arroz con verduras Bacalao con pisto Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Fruta</p>	<p>(**) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Precocinados con Patatas y Fruta</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos</p> <p>(*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>Kcal: 759</p> <p>HC: 98</p> <p>Prot: 37</p> <p>Lip: 26</p>
<p>Espaguetis con tomate Lomo al ajillo con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos</p>	<p>Alubias blancas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Lácteos</p>	<p>Borraja a la aragonesa Pollo asado al romero con ensalada de tomate Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p>	<p>Arroz tres delicias Estofado a la jardinera Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>Lentejas con verduras Limanda a la andaluza con lechuga y olivas negras Fruta y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Embutido/ Carne Grasa con Pasta y Lácteos</p>	<p>Kcal: 770</p> <p>HC: 101</p> <p>Prot: 39</p> <p>Lip: 25</p>
<p><b>NO LECTIVO</b></p> <p>(**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta</p>	<p>Coditos napolitana Merluza al horno con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Postre lácteo y pan</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta</p>			<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú.</p>			<p>Kcal: 779</p> <p>HC: 97</p> <p>Prot: 28</p> <p>Lip: 35</p>