



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
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					1	2	
					(**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	(**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
3	4	5	6	7	8	9	
Tricolor de verdura rehogada Lomo a la plancha con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Huevos con Pasta y Lácteos	Fideuá Merluza al horno con lechuga y zanahoria Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	Alubias pintas estofadas Tortilla francesa con ensalada mixta Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Patatas y Lácteos	Crema de verduras Pollo asado al limón con lechuga y olivas negras Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Legumbres y Fruta	Arroz con verduras Limanda a la andaluza con tomate provenzal Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	(**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	(**) 1º Legumbres 2º Precocinados con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	Kcal: 764 HC: 100 Prot: 39 Lip: 25
10	11	12	13	14	15	16	
SEMANA SANTA (**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	SEMANA SANTA (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta	SEMANA SANTA (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	SEMANA SANTA (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	SEMANA SANTA (**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos (*) 1º Pasta 2º Precocinados con Verdura y Fruta	(**) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta (*) 1º Legumbres 2º Embutido / Carne Grasa con Verdura y Fruta	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
17	18	19	20	21	22	23	
SEMANA SANTA (**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (*) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	Judías verdes con patatas Albóndigas en salsa con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Postre lácteo y pan (*) 1º Patatas 2º Huevos con Arroz y Fruta	Arroz milanés Merluza en salsa verde con guisantes Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	Macarrones carbonara Pollo asado con lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	Crema de guisantes Lomo asado con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	(**) 1º Legumbres 2º Precocinados con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	Kcal: 797 HC: 101 Prot: 38 Lip: 30
24	25	26	27	28	29	30	
FESTIVO (**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	Crema de calabacín Pinchos morunos con arroz salteado Postre lácteo y pan (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	Sopa de fideos Palometa con tomate con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Fruta	Garbanzos estofados Pechuga de pollo con lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	Arroz con verduras Bacalao con pisto Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Embutido / Carne Grasa con Verdura y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	Kcal: 759 HC: 97 Prot: 37 Lip: 26