

Lunes/Monday



Martes/Tuesday



Miércoles/Wednesday



Jueves/Thursday



Viernes/Friday



1 615 Kcal 47 Gr 40 Prot 91 HC 0,0 AGS Lentejas eco estofadas con patata y pimiento 1T Huevos duros en salsa con zanahoria 3-10T Fruta temporada Pan integral 1	2 626 Kcal 36 Gr 25 Prot 63 HC 1,0 AGS Macarrones integr y eco. napolitana 1-3T-8T-11T Suprema de salmón al horno con ensl.lechuga 4 Fruta temporada Pan 1	3 707 Kcal 34 Gr 27 Prot 73 HC 2,3 AGS Menestra de verduras rehogada Cinta de lomo a la gallega con patatas Fruta temporada Pan integral 1	4 670 Kcal 37 Gr 15 Prot 78 HC 0,2 AGS Arroz con salsa de tomate. Albóndigas de soja c/ens.lechug y maíz (PROTEÍNA VEGETAL) 8 Fruta temporada Pan 1	5 657 Kcal 30 Gr 27 Prot 42 HC 3,3 AGS Puré de verduras y hortalizas de temporada. 10T Contramuslo de pollo al ajillo con ensalada Yogur 2 Pan 1
8 654 Kcal 41 Gr 37 Prot 97 HC 0,0 AGS Pasta integral al pomodoro 1-3T-8T-11T Abadejo en salsa de puerros con ensalada 4 Fruta temporada Pan integral 1	9 632 Kcal 24 Gr 14 Prot 38 HC 0,2 AGS Judías verdes al ajillo. Ragout de pavo con patatas. Fruta temporada Pan 1	10 704 Kcal 25 Gr 24 Prot 96 HC 1,4 AGS Alubias blancas estof. c/verd.(pimiento rojo,verde,cebolla) Tortilla española con ens.tomate. 3 Fruta temporada Pan integral 1	11 675 Kcal 28 Gr 23 Prot 60 HC 0,9 AGS Arroz con verduras y magro Merluza a la vizcaina con ens.lechuga Fruta temporada Pan 1	12 662 Kcal 31 Gr 26 Prot 80 HC 3,1 AGS Crema tricolor de verduras calabaza,zanah,puerro) 10T Garbanzos guisados con verduras (PROTEÍNA VEGETAL) Yogur 2 Pan 1
15 620 Kcal 23 Gr 38 Prot 90 HC 0,0 AGS Lentejas guisadas con pimiento rojo,verde y cebolla 1T Abadejo a la donostiarra con ensalada 4 Fruta temporada Pan integral 1	16 617 Kcal 26 Gr 14 Prot 54 HC 1,2 AGS Crema de hortalizas frescas. 10T Lacón al horno con patatas Fruta temporada Pan 1	17 696 Kcal 28 Gr 18 Prot 110 HC 1,3 AGS Arroz con salsa de tomate. Tortilla de calabacín con ens.lechuga y maíz 3 Fruta temporada Pan integral 1	18 625 Kcal 27 Gr 18 Prot 55 HC 1,5 AGS Sopa de fideos integral y eco 1-3T-8T-10T-11T Jamoncitos de pollo asados al limón con ens.tomate Fruta temporada Pan 1	19



Menú valorado nutricionalmente, según la ingesta diaria recomendada por Ángela Paola Vivas Ramos Col. MAD00337. Departamento de Nutrición

[Signature]

ALÉRGICOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos Secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces



Proximidad



Integral



Ecológico



new Producto nuevo



T Temporada

Menú valorado por el Departamento de Nutrición y elaborado de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO
Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un niño en edad comprendida entre 6 a 9 años

