



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

2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	I. Nutricional	
lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo																								
<p>VACACIONES</p> <p>(**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta</p> <p>(**) 1º Pasta 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p> <p>(**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>SEMANA</p> <p>(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p> <p>(**) 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p> <p>(**) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Dairy</p> <p>(*) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta</p>	<p>SANTA</p> <p>(**) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta</p> <p>(**) 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Fruit</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p>	<p>(**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos</p> <p>(**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>(**) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta</p> <p>(**) 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>																								<p>Kcal: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>Prot: 0</p> <p>Lip: 0</p>
<p>Judías verdes con patatas rehogadas</p> <p>Albóndigas en salsa</p> <p>Fruta y pan</p> <p>Braised green beans and potatoes</p> <p>Meatballs in gravy</p> <p>Fruit and bread</p> <p>(*) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Fruta</p>	<p>Paella mixta</p> <p>Pescado a la romana con ensalada</p> <p>Postre lácteo y pan</p> <p>Mixed paella</p> <p>Battered & fried fish with salad</p> <p>Dairy dessert and bread</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>Sopa de pasta</p> <p>Tortilla de patatas con ensalada</p> <p>Fruta y pan</p> <p>Pasta soup</p> <p>Spanish potato omelette with salad</p> <p>Fruit and bread</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos</p>	<p>Puré de verduras</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno con ensalada</p> <p>Fruta y pan</p> <p>Vegetable purée</p> <p>Baked chicken drumsticks with salad</p> <p>Fruit and bread</p> <p>(*) 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>Alubias blancas estofadas</p> <p>Varitas de merluza con ensalada</p> <p>Fruta y pan</p> <p>Stewed white beans</p> <p>Hake sticks with salad</p> <p>Fruit and bread</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p> <p>(**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p> <p>(**) 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Fruit</p> <p>(*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>																								<p>Kcal: 802</p> <p>HC: 107</p> <p>Prot: 43</p> <p>Lip: 3</p>
<p>Lentejas con arroz</p> <p>San Jacobo con ensalada</p> <p>Fruta y pan</p> <p>Lentils with rice</p> <p>Cooked ham & cheese escalope with salad</p> <p>Fruit and bread</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>Judías verdes rehogadas</p> <p>Escalope a la milanesa con ensalada</p> <p>Postre lácteo y pan</p> <p>Sauteed green beans</p> <p>Milanesa style breaded steak with salad</p> <p>Dairy dessert and bread</p> <p>(*) 1º Arroz 2º Huevos con Legumbres y Fruta</p>	<p>Macarrones con tomate</p> <p>Lomo a la plancha con ensalada</p> <p>Fruta y pan</p> <p>Macaroni with tomato sauce</p> <p>Grilled tenderloin with salad</p> <p>Fruit and bread</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>Garbanzos estofados</p> <p>Lenguado a la andaluza con ensalada</p> <p>Fruta y pan</p> <p>Stewed chickpeas</p> <p>Andalusian style flounder with salad</p> <p>Fruit and bread</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>Crema de verduras</p> <p>Tortilla de patatas con ensalada</p> <p>Fruta y pan</p> <p>Vegetable cream</p> <p>Spanish potato omelette with salad</p> <p>Fruit and bread</p> <p>(*) 1º Arroz 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p> <p>(**) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Dairy</p> <p>(*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta</p> <p>(**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Pasta and Fruit</p> <p>(*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>																								<p>Kcal: 820</p> <p>HC: 99</p> <p>Prot: 44</p> <p>Lip: 29</p>
<p>FESTIVO</p> <p>(**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos</p> <p>(**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p>	<p>Patatas a la riojana</p> <p>Merluza a la romana con ensalada</p> <p>Postre lácteo y pan</p> <p>Riojana style potatoes</p> <p>Battered & fried hake with salad</p> <p>Dairy dessert and bread</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>Lentejas con verduras</p> <p>Tortilla de patatas con ensalada</p> <p>Fruta y pan</p> <p>Vegetable lentils</p> <p>Spanish potato omelette with salad</p> <p>Fruit and bread</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta</p>	<p>Acelgas salteadas</p> <p>Pollo al chilindrón</p> <p>Fruta y pan</p> <p>Sautéed swiss chard</p> <p>Chicken in "chilindrón" gravy</p> <p>Fruit and bread</p> <p>(*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>Sopa de fideos</p> <p>Pescado a la andaluza con ensalada</p> <p>Fruta y pan</p> <p>Noodle soup</p> <p>Andalusian style fish with salad</p> <p>Fruit and bread</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p> <p>(**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p> <p>(**) 1º Vegetable 2º Ready cooked with Potatoes and Fruit</p> <p>(*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>																								<p>Kcal: 813</p> <p>HC: 110</p> <p>Prot: 37</p> <p>Lip: 26</p>
<p>FESTIVO</p> <p>(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p> <p>(**) 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit</p> <p>(*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas 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: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>Prot: 0</p> <p>Lip: 0</p>