



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
<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: 763 HC: 99 Prot: 38 Lip: 24</p>
<p>4 Pasta salteada con verduras Tortilla de atún con lechuga y olivas negras Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos</p>	<p>5 Crema de calabacín Pinchos morunos con arroz blanco Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>6 <b>FESTIVO</b> (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>7 <b>FESTIVO</b> (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p>8 <b>FESTIVO</b> (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta (*) 1º Patatas 2º Precocinados con Verdura y Lácteos</p>	<p>9 (***) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>10 (***) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>Kcal: 773 HC: 97 Prot: 35 Lip: 28</p>
<p>11 Códigos napolitana Chuleta a la plancha con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p>12 Garbanzos con arroz, espinacas y huevo Croquetas de jamón con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos</p>	<p>13 Arroz tres delicias Caella a la plancha con salsa de tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta</p>	<p>14 Lentejas estofadas Tortilla de patatas con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>15 Acelga y patata rehogada Jamoncitos de pollo al chilindrón con patatas dado Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>16 (***) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>17 (***) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>Kcal: 796 HC: 100 Prot: 37 Lip: 29</p>
<p>18 Judías verdes con patatas rehogadas Albóndigas con jardinera de champiñones Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Precocinados con Legumbres y Lácteos</p>	<p>19 Patatas con costillas Merluza al horno con verduras salteadas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos</p>	<p>20 Sopa de ave con pasta Huevos revueltos con jamón york, cebolla y queso con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos</p>	<p>21 Alubias pintas estofadas San Marino (merluza, jamón york y queso) con lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>22 Arroz con tomate Pechuga de pollo con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>23 (***) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (*) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta</p>	<p>24 (***) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>Kcal: 760 HC: 99 Prot: 38 Lip: 27</p>
<p>25 <b>VACACIONES</b> (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta</p>	<p>26 (***) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta</p>	<p>27 <b>DE</b> (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>28 (***) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Precocinados con Verdura y Fruta</p>	<p>29 <b>NAVIDAD</b> (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>30 (***) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos</p>	<p>31 (***) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0</p>