

Lunes 	Martes 	Miércoles 	Jueves 	Viernes 
		 <p>DIA FESTIVO</p>	<p>1</p> <p>Sopa de ave c/ estrellas <i>Soup</i> Cinta de lomo con puré de patata <i>Pork with mashed potatoes</i> Fruta y pan <i>Yogur and bread</i> Kcal; 630 Prot: 23G Lip: 23G Hc: 79G</p>	<p>3</p> <p>Lentejas ecológicas estof.c/verduras <i>Stewed ecological lentils with vegetables</i> F. de merluza c/ zanahoria <i>Fish with carrots</i> Yoqur y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 582 Prot: 34G Lip: 22G Hc: 58G</p>
<p>6</p> <p>Coditos boloñesa <i>Pasta with meat</i> F. de rosada c/ verduras <i>Fish with vegetables</i> Fruta y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 698 Prot: 36G Lip: 24G Hc: 80G</p>	<p>7</p> <p>Arroz tres delicias <i>Rice with vegetables</i> Tortilla francesa c/loncha de york <i>Omelette with pork</i> Fruta, leche y pan <i>Fruit, milk and bread</i> Kcal; 618 Prot: 32G Lip: 24G Hc: 65G</p>	<p>8</p> <p>Sopa de cocido <i>Soup</i> Coc.comp.(qarb,verd,pol,chor, ter,tom) <i>Stewed chickpeas, potatoes, carrots & meat</i> Fruta y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 678 Prot: 25G Lip: 18G Hc: 96G</p>	<p>9</p> <p>DIA FESTIVO</p> 	<p>10</p> <p>Crema parmentier c/ picatostes <i>Parmentier cream with croutons</i> Jamoncitos de pollo en salsa c/pat.fri. <i>Chickens and potatoes</i> Yoqur y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 796 Prot: 42G Lip: 30G Hc: 85G</p>
<p>13</p> <p>Judías verdes con tomate <i>Steam green bean with tomato</i> Tortilla española c/loncha queso y ens. <i>Potatoes omelette with cheese and salad</i> Fruta y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 579 Prot: 20G Lip: 23G Hc: 69G</p>	<p>14</p> <p>Sopa de picadillo <i>Soup</i> Alb. de tern. a la jard.c/cachelos <i>Meatball with vegetables and potatoes</i> Fruta, leche y pan <i>Fruit, milk and bread</i> Kcal; 614 Prot: 28G Lip: 24G Hc: 67G</p>	<p>15</p> <p>Judias blancas ecológicas estofad. <i>Stewed ecological beans</i> Croque. de pollo caseras c/rod toma. <i>Chicken Croquette with fresh tomato</i> Fruta y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 588 Prot: 18G Lip: 25G Hc: 65G</p>	<p>16</p> <p>Espaquetis con tomate y chorizo <i>Pasta with tomato and chorizo</i> Skiper de bacalao c/zanahoria baby <i>Fish with carrot</i> Fruta y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 674 Prot: 31G Lip: 25G Hc: 76G</p>	<p>17</p> <p>Puré de verduras <i>Vegetables cream</i> Chuleta de cerdo c/quisantes <i>Pork with peas</i> Yoqur y pan <i>Yogur and bread</i> Kcal; 676 Prot: 26G Lip: 28G Hc: 73G</p>
<p>20</p> <p>Puré de calabaza y calabacín <i>Vegetables cream</i> Pechuga de pollo villaroy c/pat. Fri <i>Villaroy Chicken with potatoes</i> Fruta y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 674 Prot: 28G Lip: 18G Hc: 94G</p>	<p>21</p> <p>Lentejas ecológicas estof.castellanas <i>Stewed ecological lentils</i> Tortilla de espinacas c/ rod. Tomate <i>Spinach Omelette with fresh tomato</i> Fruta, leche y pan <i>Fruit, milk and bread</i> Kcal; 575 Prot: 20G Lip: 21G Hc: 70G</p>	<p>22</p> <p>Macarrones gratinados <i>Pasta with tomato and cheese</i> Ragout de ternera a la jardinera <i>Beef ragout with vegetables</i> Fruta y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 579 Prot: 32G Lip: 17G Hc: 73G</p>	<p>23</p> <p>Arroz con pollo caldoso <i>Rice with Chicken</i> Cazón en adobo c/ensalada <i>Fish with salad</i> Fruta y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 575 Prot: 32G Lip: 16G Hc: 73G</p>	<p>24</p> <p>Sopa de cocido <i>Soup</i> Coc.comp.(qarb,verd,pol,chor, ter,tom) <i>Stewed chickpeas, potatoes, carrots & meat</i> Yoqur y pan <i>Yogur and bread</i> Kcal; 712 Prot: 29G Lip: 20G Hc: 97G</p>
<p>27</p> <p>Crema de verduras frescas <i>Fresh Vegetables cream</i> Fil.de ternera empanado c/ens.mixta <i>Beef fillet with salad</i> Fruta y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 709 Prot: 36G Lip: 78G Hc: 26G</p>	<p>28</p> <p>Judías blan. Ecológ. estof.a la riojana <i>Riojana Stewed ecological beans</i> Salch. de pavo en salsa y puré pata. <i>Turkey sausage with mashed potatoes</i> Fruta, leche y pan <i>Fruit, milk and bread</i> Kcal; 709 Prot: 29G Lip: 38G Hc: 54G</p>	<p>29</p> <p>Tallarines a la carbonara <i>Carbonara Pasta</i> Fil. de lenguado con zanahoria <i>Fish with carrot</i> Fruta y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 653 Prot: 34G Lip: 20G Hc: 81G</p>	<p>30</p> <p>Patatas guisadas con verduras <i>Stewed potatoes with vegetables</i> Muslitos de pollo en salsa c/ensalada <i>Chicken with salad</i> Fruta y pan <i>Fruit and bread</i> Kcal; 578 Prot: 23G Lip: 23G Hc: 65G</p>	<p>Menú valorado nutricionalmente según la ingesta alimenticia recomendada para niños de 6 a 9 años</p>