



(*) 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>FESTIVO (**) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>Judías verdes con refrito Pechuga de pollo a la milanesa con ensalada Fruta y pan (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Arroz y Lácteos</p>	<p>Sopa de cocido Canelones Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>Arroz con tomate Merluza andaluza con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>Kcal: 771 HC: 111 Prot: 26 Lip: 25</p>
<p>Alubias a la riojana Tortilla de patatas con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Patatas y Lácteos</p>	<p>Arroz napolitana Merluza a la romana con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos</p>	<p>Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos</p>	<p>Potaje de garbanzos Palometa a la griega Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>Macarrones a la Parisienne Pollo asado con romero y miel con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta</p>	<p>(**) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>Kcal: 740 HC: 95 Prot: 28 Lip: 27</p>
<p>Sopa de ave Hamburguesa con ensalada y patatas fritas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos</p>	<p>Lentejas estofadas con verduras San Marino (merluza, jamón york y queso) con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta</p>	<p>Pasta pomodoro Pastel hortelano con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos</p>	<p>Alubias blancas estofadas con arroz Delicias de atún en salsa vizcaína Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Verdura y Fruta</p>	<p>Menestra de verdura Ragout de ternera a la jardinera Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>Kcal: 793 HC: 110 Prot: 30 Lip: 26</p>
<p>Crema de verduras Salchichas con ensalada Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Huevos con Arroz y Fruta</p>	<p>Arroz a la cubana Palometa en salsa americana Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos</p>	<p>Tricolor de verdura rehogada Estofado de lomo a la cazadora con ensalada Fruta y pan (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Arroz y Lácteos</p>	<p>Sopa de cocido Huevos gratinados con bechamel con ensalada Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>Lentejas con verduras Merluza en salsa verde Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Verdura y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>Kcal: 725 HC: 100 Prot: 25 Lip: 25</p>
<p>Potaje de garbanzos Pastel de verduras y atún con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos</p>	<p>Crema de calabacín Albóndigas en salsa española Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta</p>	<p>Arroz con tomate Bacalao con verduritas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>					<p>Kcal: 794 HC: 105 Prot: 30 Lip: 28</p>