



lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	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>1 Crema de verduras Hamburguesa con ensalada y patatas fritas Postre lácteo y pan</p>	<p>2 Pasta pomodoro Tortilla americana con ensalada Fruta y pan</p>	<p>Kcal: 747 HC: 106 Prot: 143 Lip: 25</p>
<p>5 Crema de calabacín Estofado de lomo a la cazadora Fruta y pan</p>	<p>6 Lentejas a la campesina Tortilla de jamón york con ensalada Fruta y pan</p>	<p>7 Judías verdes con refrito Pechuga de pollo a la milanesa con ensalada Fruta y pan</p>	<p>8 Sopa de cocido Canelones gratinados Postre lácteo y pan</p>	<p>9 Arroz con tomate Merluza andaluza con ensalada Fruta y pan</p>	<p>Kcal: 757 HC: 107 Prot: 28 Lip: 26</p>
<p>12 Alubias a la riojana Pollo asado con patatas panaderas con ensalada Fruta y pan</p>	<p>13 Arroz napolitana Merluza a la romana con ensalada Fruta y pan</p>	<p>14 Garbanzos con verduras Palometa a la griega Fruta y pan</p>	<p>15 Crema de zanahoria Albóndigas a la jardinera Postre lácteo y pan</p>	<p>16 Pasta con boloñesa de atún Tortilla de patatas con ensalada Fruta y pan</p>	<p>Kcal: 741 HC: 96 Prot: 29 Lip: 29</p>
<p>19 Sopa de ave Hamburguesa con ensalada y patatas fritas Fruta y pan</p>	<p>20 Lentejas estofadas con verduras San Marino (merluza, jamón york y queso) con ensalada Fruta y pan</p>	<p>21 Pasta pomodoro Tortilla alemana con ensalada Fruta y pan</p>	<p>22 Menestra de verdura Ragout de ternera a la jardinera Postre lácteo y pan</p>	<p>23 Alubias blancas estofadas con arroz Tiras de calamar en salsa vizcaína Fruta y pan</p>	<p>Kcal: 755 HC: 108 Prot: 28 Lip: 25</p>
<p>26 Crema de verduras Salchichas cerdo al horno con ensalada Fruta y pan</p>	<p>27 Arroz a la cubana Palometa en salsa americana (tomate, ajo y perejil) Fruta y pan</p>	<p>28 Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Estofado de lomo a la cazadora con ensalada Fruta y pan</p>			<p>Kcal: 906 HC: 101 Prot: 26 Lip: 26</p>