



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
				1 Crema de puerros Chuleta de aguja con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Cream of leek Rib chop with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Precocinados con Patatas y Lácteos	2 (**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	3 (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	Kcal: 665 HC: 67 Prot: 22 Lip: 37
4 Lentejas con verduras Revuelto de jamón york con tomate, cebolla y orégano Yogur y pan Vegetable lentils Scrambled eggs with ham with tomatoes, onions & oregano Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	5 Macarrones con chorizo Albóndigas a la jardinera con menestra Fruta y pan Macaroni with chorizo sausage Meatballs with vegetables with menestra Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	6 FESTIVO (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	7 FESTIVO (**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Dairy (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	8 FESTIVO (**) 1º Patatas 2º Precocinados con Verdura y Fruta (**) 1º Potatoes 2º Ready cooked with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos	9 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit (* 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	10 (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	Kcal: 723 HC: 83 Prot: 30 Lip: 24
11 Crema de verduras con picatostes Croquetas de pollo con lechuga y olivas negras Yogur y pan Vegetable cream with croutons Chicken croquettes with lettuce & olives Yoghurt and bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Fruta	12 Espirales con tomate Lenguadina a la romana con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Spirals with tomato sauce Battered & fried yellowfin sole with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	13 Alubias blancas estofadas Tortilla francesa con lechuga, jamón y queso Fruta y pan Stewed white beans Omelette with lettuce, ham & cheese Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos	14 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	15 Arroz con pollo Merluza al horno con lechuga y palitos de cangrejo Fruta y pan Rice with chicken Baked hake with lettuce & crab sticks Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	16 (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos	17 (**) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Potatoes 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	Kcal: 625 HC: 79 Prot: 31 Lip: 22
18 Patatas con magro Huevos a la flamenca Yogur y pan Pork & potato stew Deviled egg Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	19 Arroz blanco con tomate Jamoncitos en pepitoria con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan White rice with tomato Chicken drumsticks in pepitoria sauce with lettuce salad with tomato & sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	20 Lentejas a la jardinera Rape en salsa verde con champiñones salteados Fruta y pan Vegetables lentils Monkfish in green sauce with sautéed mushrooms Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos	21 Judías verdes rehogadas con tomate Lacón a la gallega con patatas cocidas Fruta y pan Sautéed green beans with tomato Lacón pork shoulder with potatoes with boiled potatoes Fruit and bread (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos	22 COMIDA ESPECIAL NAVIDAD (**) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Dairy (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	23 (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	24 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Legumes and Dairy (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	Kcal: 651 HC: 73 Prot: 29 Lip: 25
25 (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	26 (**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	27 (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos	28 (**) 1º Pasta 2º Precocinados con Verdura y Fruta (**) 1º Pasta 2º Ready cooked with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	29 (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos	30 (**) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (**) 1º Potatoes 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	31 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Dairy (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0