



LUNES / LUNDI	MARTES / MARDI	MIÉRCOLES / MERCREDI	JUEVES / JEUDI	VIERNES / VENDREDI
	<p>PRIMERA OPCION DEL MENÚ PARA INFANTIL Y PRIMARIA(hasta CE1)</p> <p>SEGUNDA OPCION DEL MENÚ PARA PRIMARIA Y SECUDARIA(desde CE2 en adelante)</p>	-EL PAN ES DEL DIA	<p>LAS VALORACIONES NUTRICIONALES SON APROXIMADOS -ENERGIA EN KCAL.,PROTEINAS,LIPIDOS E HIDRATOS DE CARBONO EN GRAMOS. -SE HA TOMADO COMO REFERENCIA LAS RACIONES RECOMENDADAS PARA NIÑOS DE 10 AÑOS</p>	
<p>11</p> <p>Arroz con tomate Paella de pollo Albondigas de pollo con zanahorias rehogadas</p> <p>Fruta/Galette des Rois Kcal:835 Lip:30,7 HC:106 Prot:29,6</p>	<p>12</p> <p>Cocido Andaluz Abadejo al horno con ensalada mixta</p> <p>Yogur y fruta Kcal:912 Lip:37,3 HC:73,9 Prot:64,5</p>	<p>13</p> <p>Crema de calabacin con quesito Pastel de calabacin al horno gratinado con queso Dados de pavo estofado con champiñones Fruta Kcal:517 Lip:19,3 HC:51,5 Prot:29,8</p>	<p>14</p> <p>Guiso de ternera con patatas</p> <p>Filetes de merluza a la plancha con ensalada mediterránea Fruta y Flan Kcal:636 Lip:31,1 HC:35,4 Prot:51,1</p>	<p>15</p> <p>MENÚ ESPECIAL!! Ensalada mixta Hamburguesa completa+Patatas al horno con bacon y queso</p> <p>Fruta y Brownie</p>
<p>18</p> <p>Pasta con tomate y queso Pasta con pollo,champiñones y nata Abadejo al horno con guisantes Fruta Kcal:704 Lip:17,0 HC:93,0 Prot:38,7</p>	<p>19</p> <p>Sopa de arroz y garbanzos</p> <p>Muslitos de pollo al limon con guarnición de patatas asadas Fruta y Yogur Kcal:812 Lip:34,3 HC:81,8 Prot:41,0</p>	<p>20</p> <p>Canelones</p> <p>Filetes de pavo en salsa de mostaza con judias verdes Kcal:890 Lip:31,3 HC:93,6 Prot:51,5</p>	<p>21</p> <p>Lentejas con chorizo</p> <p>Limanda empanada con ensalada de tomate ,atún y aceitunas Fruta y Natilla Kcal:856 Lip:33,4 HC:78,0 Prot:55,1</p>	<p>22</p> <p>MENÚ ESPECIAL!! Crema de calabaza</p> <p>PIZZA(Jamón york y queso, margarita, 4 quesos) y ensalada mixta Fruta</p>
<p>25</p> <p>Paella de pollo Arroz frito chino Lomo en salsa pedro ximenez con ensalada mixta Fruta Kcal:733 Lip:25,8 HC:94,1 Prot:27,6</p>	<p>26</p> <p>Garbanzos estofados</p> <p>Albóndigas de merluza en salsa con judias verdes Yogur y Fruta Kcal:823 Lip:26,5 HC:90,1 Prot:45,2</p>	<p>27</p> <p>Sopa de fideos con jamón</p> <p>Muslitos de pollo al horno con zanahorias Fruta Kcal:650 Lip:25,4 HC:64,9 Prot:36,5</p>	<p>28</p> <p>Ternera a la jardinera</p> <p>Tortilla de patata con ensalada griega Fruta y petit de fresa Fruta y Arroz con leche Kcal:802 Lip:42,8 HC:56,8 Prot:43,8</p>	<p>29</p> <p>MENÚ ESPECIAL!! Crema de puerro y patata Cordon Bleu con ensalada mixta</p> <p>Fruta y Tarta de manzana</p>
			 <p>Nutriendo Hábitos</p> <p>Andrea Argüello Arbe Dietista-nutricionista Nº COL. CYL00060</p>	