

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<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. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>					<p>1 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>2 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>
<p>3 Macarrones con carne picada con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:3.306/791 GT:35 GS:3 HC:126 AZ:24 PROT:23 SAL:1</p>	<p>4 Guisantes con patatas dado Jamoncitos de pollo al horno Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Carne con (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:3.269/782 GT:15 GS:2 HC:111 AZ:35 PROT:60 SAL:1</p>	<p>5 Crema de zanahoria con manzana Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Carne con Legumbres y Fruta)</p> <p>VE:3.060/732 GT:22 GS:4 HC:96 AZ:34 PROT:23 SAL:1</p>	<p>6 Lentejas estofadas con verduras Libritos de merluza con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.194/764 GT:29 GS:7 HC:87 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p>7 Arroz tres delicias Guiso de pavo con verduritas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.281/785 GT:5 GS:1 HC:115 AZ:31 PROT:36 SAL:1</p>	<p>8 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>	<p>9 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>
<p>10 Arroz hortelano con tiras de pollo Libritos de lomo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.194/764 GT:42 GS:7 HC:103 AZ:27 PROT:27 SAL:1</p>	<p>11 Brocoli con patata Albóndigas con salsa de champiñones con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan integral (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.235/774 GT:46 GS:11 HC:91 AZ:26 PROT:41 SAL:1</p>	<p>12 Alubias blancas estofadas con verduras Merluza con pil pil de tomate con patatas dado Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)</p> <p>VE:3.072/735 GT:34 GS:3 HC:107 AZ:28 PROT:47 SAL:1</p>	<p>13 FESTIVO 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p>	<p>14 FESTIVO 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)</p>	<p>15 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>16 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos</p>
<p>17 Arroz integral con salsa de tomate Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:3.060/732 GT:21 GS:5 HC:74 AZ:25 PROT:31 SAL:1</p>	<p>18 Guiso de garbanzos Pastel de salmón con tomate sobre patata al romero Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.311/792 GT:28 GS:3 HC:120 AZ:44 PROT:43 SAL:1</p>	<p>19 Crema de calabacín Canelones de carne gratinados Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.093/740 GT:17 GS:2 HC:128 AZ:26 PROT:18 SAL:3</p>	<p>20 Salteado de borraja con patatas Abadejo rebozado con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.210/768 GT:37 GS:7 HC:74 AZ:12 PROT:42 SAL:2</p>	<p>21 Sopa de pasta Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:3.168/758 GT:12 GS:3 HC:82 AZ:29 PROT:41 SAL:1</p>	<p>22 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p>23 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p>24 Puré de patata, puerro y zanahorias Hamburguesa mixta con arroz salteado Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.118/746 GT:20 GS:5 HC:97 AZ:27 PROT:26 SAL:2</p>	<p>25 Paella de verduras con tiras de pollo Limanda al horno con Patatas fritas Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:3.235/774 GT:19 GS:1 HC:112 AZ:26 PROT:39 SAL:1</p>	<p>26 Judías verdes con patatas Pechugas empanadas con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.043/728 GT:17 GS:3 HC:78 AZ:24 PROT:42 SAL:2</p>	<p>27 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.189/763 GT:21 GS:6 HC:79 AZ:14 PROT:41 SAL:1</p>	<p>28 Macarrones integrales con carne picada y salsa de tomate Rabas de calamar Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)</p> <p>VE:3.290/787 GT:25 GS:2 HC:109 AZ:27 PROT:25 SAL:1</p>		

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

