



<p><b>Lunes 1</b></p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Merluza en salsa de almendra</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Aporte nutricional medio de 3 a 8 años</p> <p>Aporte nutricional medio de 9 a 13 años</p>	<p><b>Martes 2</b></p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Hamburguesa de ternera al horno con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 574,63</p> <p>kcal: 701,05</p>	<p><b>Miércoles 3</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Tortilla de patatas con ensalada</p> <p>Yogurt y pan</p> <p>Prot (g): 23,23</p> <p>Prot (g): 28,34</p>	<p><b>Jueves 4</b></p> <p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Longaniza con cebolla</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 26,74</p> <p>Lip (g): 32,62</p>	<p><b>Viernes 5</b></p> <p>Acelgas con patatas</p> <p>Contramuslo de pollo al ajillo con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 60,43</p> <p>HC (g): 73,72</p>
<p><b>Lunes 8</b></p> <p>Pajaritas con salsa de tomate</p> <p>Merluza a la crema con finas hierbas con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Aporte nutricional medio de 3 a 8 años</p> <p>Aporte nutricional medio de 9 a 13 años</p>	<p><b>Martes 9</b></p> <p>Lentejas caseras</p> <p>Tortilla francesa con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 550,1</p> <p>kcal: 671,12</p>	<p><b>Miércoles 10</b></p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Lomo adobado a la jardinera</p> <p>Yogurt y pan</p> <p>Prot (g): 27,78</p> <p>Prot (g): 33,89</p>	<p><b>Jueves 11</b></p> <p>Judías verdes con patatas</p> <p>Magro de cerdo con tomate</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 18,21</p> <p>Lip (g): 22,21</p>	<p><b>Viernes 12</b></p> <p>Cazuela de arroz con pollo</p> <p>Salmón horneado al eneldo con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 68,30</p> <p>HC (g): 83,32</p>
<p><b>Lunes 15</b></p> <p>Lentejas a la campesina</p> <p>Jamonicos de pollo al chilindrón con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Aporte nutricional medio de 3 a 8 años</p> <p>Aporte nutricional medio de 9 a 13 años</p>	<p><b>Martes 16</b></p> <p>Espirales napolitana</p> <p>Cordón bleu con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 570,02</p> <p>kcal: 695,43</p>	<p><b>Miércoles 17</b></p> <p>Crema parmentier</p> <p>Tortilla de patatas con ensalada</p> <p>Yogurt y pan</p> <p>Prot (g): 25,48</p> <p>Prot (g): 31,09</p>	<p><b>Jueves 18</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Abadejo en salsa verde con guisantes y huevo duro</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 19,65</p> <p>Lip (g): 23,97</p>	<p><b>Viernes 19</b></p> <p>Borraja con patatas</p> <p>Ternera con zanahoria y patatas</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 72,66</p> <p>HC (g): 88,64</p>
<p><b>Lunes 22</b></p> <p>Sopa minestrone con pasta</p> <p>Marmitako de atún</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Aporte nutricional medio de 3 a 8 años</p> <p>Aporte nutricional medio de 9 a 13 años</p>	<p><b>Martes 23</b></p> <p>Lentejas con zanahoria</p> <p>Tortilla francesa con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 530,36</p> <p>kcal: 647,04</p>	<p><b>Miércoles 24</b></p> <p>Paella mixta de verduras y carne</p> <p>Croquetas de jamón con ensalada</p> <p>Yogurt y pan</p> <p>Prot (g): 24,21</p> <p>Prot (g): 29,54</p>	<p><b>Jueves 25</b></p> <p>Garbanzos con verduras</p> <p>Filete de merluza al horno con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 16,43</p> <p>Lip (g): 20,04</p>	<p><b>Viernes 26</b></p> <p>Acelgas con patatas</p> <p>Contramuslo de pollo en salsa de champiñon</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 71,49</p> <p>HC (g): 87,22</p>
<p><b>Lunes 29</b></p> <p>Lentejas riojana</p> <p>Estofado de pollo al curry</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Aporte nutricional medio de 3 a 8 años</p> <p>Aporte nutricional medio de 9 a 13 años</p>	<p><b>Martes</b></p> <p>kcal: 605,02</p> <p>kcal: 738,12</p>	<p><b>Miércoles</b></p> <p>Prot (g): 30,13</p> <p>Prot (g): 36,76</p>	<p><b>Jueves</b></p> <p>Lip (g): 22,42</p> <p>Lip (g): 27,35</p>	<p><b>Viernes</b></p> <p>HC (g): 70,48</p> <p>HC (g): 85,99</p>