

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Sopa de puchero con arroz 3	Macarrones con salsa de tomate 4	Alubias blancas con verduras 5	Judías verdes con patatas 6	Lentejas a la riojana 7
Tortilla de patatas	Filete de merluza en salsa de almendras con ensalada	Bacalao a la siciliana con ensalada	Albóndigas mixtas de ternera y cerdo en salsa española con ensalada	Estofado de pollo al curry
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogurt y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan
Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años	kcal: 609,46 / kcal: 743,54	Prot (g): 29,90 / Prot (g): 36,48	Lip (g): 23,33 / Lip (g): 28,47	HC (g): 70,08 / HC (g): 85,50
10	11	12	Lentejas con zanahoria 13	Borraja con patatas 14
			Huevos aurora	Salchichas frescas de ave al horno
			Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan
Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años	kcal: 532,13 / kcal: 649,20	Prot (g): 22,64 / Prot (g): 27,63	Lip (g): 18,73 / Lip (g): 22,85	HC (g): 71,83 / HC (g): 87,63
Arroz con salsa de tomate 17	Acelgas con patatas 18	Crema parmentier 19	Sopa de ave con fideos 20	Lentejas estofadas 21
Salmón horneado al eneldo	Contramuslo de pollo al ajillo con ensalada	Hamburguesa de ternera al horno con ensalada	Filete de merluza en salsa de pimientos	Tortilla francesa con ensalada
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogurt y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan
Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años	kcal: 538,61 / kcal: 657,10	Prot (g): 24,21 / Prot (g): 29,54	Lip (g): 20,62 / Lip (g): 25,16	HC (g): 64,17 / HC (g): 78,29
Pajaritas con salsa de tomate 24	Lentejas caseras 25	Cazuela de arroz con pollo 26	Garbanzos guisados 27	Judías verdes con patatas 28
Filete de fogonero en salsa de zanahorias	Pechuga de pollo con salsa de miel y mostaza con ensalada	Suprema de atún con tomate	Cinta de lomo adobado a la jardinera	Tortilla de patatas con ensalada
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogurt y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan
Aporte nutricional medio 3 a 8 años / 9 a 13 años	kcal: 544,4 / kcal: 664,22	Prot (g): 31,86 / Prot (g): 38,87	Lip (g): 15,16 / Lip (g): 18,50	HC (g): 70,07 / HC (g): 85,49
31				