



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
<p>2</p> <p>FESTIVO (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>3</p> <p>(**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p>4</p> <p>SEMANA (**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos</p>	<p>5</p> <p>(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta</p>	<p>6</p> <p>SANTA (**) 1º Patatas 2º Precocinados con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta</p>	<p>7</p> <p>(**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>8</p> <p>(**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta</p>	<p>Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0</p>
<p>9</p> <p>Sopa de ave con verduras Hamburguesa con ensalada y patatas fritas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos</p>	<p>10</p> <p>Lentejas estofadas San Marino (merluza, jamón york y queso) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Fruta</p>	<p>11</p> <p>Pasta pomodoro Tortilla alemana con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>12</p> <p>Alubias blancas estofadas con arroz Calamar a la madrileña con ensalada Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta</p>	<p>13</p> <p>Menestra de verdura Ragout de ternera a la jardinera Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>14</p> <p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>15</p> <p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>Kcal: 755 HC: 108 Prot: 25 Lip: 28</p>
<p>16</p> <p>Crema de verduras Salchichas cerdo al horno con ensalada Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p>17</p> <p>Arroz a la cubana Palometa en salsa americana (tomate, ajo y perejil) con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos</p>	<p>18</p> <p>Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Estofado de lomo a la cazadora Fruta y pan (*) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>19</p> <p>Sopa de cocido con verduras Tortilla de patatas con ensalada Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>20</p> <p>Lentejas con verduras Merluza en salsa verde Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos</p>	<p>21</p> <p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>22</p> <p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>Kcal: 726 HC: 101 Prot: 26 Lip: 26</p>
<p>23</p> <p>FESTIVO (**) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>24</p> <p>Crema de calabacín Albóndigas en salsa española Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>25</p> <p>Arroz con tomate Bacalao con verduritas con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta</p>	<p>26</p> <p>Alubias blancas estofadas Lomo adobado con ensalada Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p>27</p> <p>Pasta napolitana Formas de pescado con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>28</p> <p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>29</p> <p>(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta</p>	<p>Kcal: 761 HC: 103 Prot: 29 Lip: 27</p>
<p>30</p> <p>FESTIVO (**) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>				<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</p>			<p>Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0</p>