



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
		Judías verdes con patatas Tortilla de atún con zanahorias salteadas Fruta y pan Green beans with potatoes Tuna omelette with sautéed carrots Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Pasta y Lácteos	Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	Arroz con tomate Limanda a la romana con lechuga y olivas negras Fruta y pan Rice with tomato sauce Battered & fried yellowfin sole with lettuce & olives Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	(**) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit (* 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	Kcal: 681 HC: 82 Prot: 30 Lip: 29
Crema de tomate Hamburguesa a la plancha con verduras salteadas Fruta y pan Cream of tomato soup Grilled hamburger with sautéed vegetables Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Pasta y Fruta	Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con calabacín con lechuga y zanahoria Yogur y pan Stewed white beans Potato & zucchini omelette with lettuce & carrot Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	Sopa de ave con pasta Abadejo a la andaluza con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Chicken soup with pasta Andalusian style haddock with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos	Coliflor gratinada Pinchos morunos con lechuga y olivas negras Yogur y pan Cauliflower au gratin Shish-kabab with lettuce & olives Yoghurt and bread (* 1º Patatas 2º Huevos con Legumbres y Fruta	Coditos napolitana Merluza al horno con patatas dado Fruta y pan Neapolitan style Pasta Baked hake with diced potatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Verdura y Lácteos	(**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos	Kcal: 618 HC: 64 Prot: 28 Lip: 27
Crema de verduras San Jacobo con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Cream of vegetable soup Cooked ham & cheese escalope with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Huevos con Pasta y Fruta	Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Embutido/ Carne Grasa con Verdura y Fruta	Arroz milanesa Huevos revueltos con chorizo con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Milanese rice Scrambled eggs with chorizo sausage with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos	JORNADA EGIPCIA Chana masala Karahi de pollo Lassi de plátano y pan Chana masala Karahi de pollo Lassi de plátano and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	Tricolor de verdura rehogada Limanda a la andaluza con tomate provenzal Fruta y pan Braised vegetables Andalusian style yellowfin sole with provenzal tomato Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Dairy (* 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Pasta and Fruit (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	Kcal: 640 HC: 77 Prot: 31 Lip: 27
Marmitako de atún Tortilla de jamón york con lechuga y tomate Fruta y pan Marmitako tuna Cooked ham omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	Alubias blancas estofadas Estofado de cerdo con patatas dado Yogur y pan Stewed white beans Pork stew with diced potatoes Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	Macarrones amatriciana Ventresca de merluza a la romana con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Macaroni in amatriciana sauce Battered and fried hake with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Lácteos	Arroz con magro Jamoncitos de pollo al chilindrón con verduras salteadas Yogur y pan Pork with rice Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with sautéed vegetables Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	Crema de puerros Palometa a la romana con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Cream of leek soup Battered & fried pomfret with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread (* 1º Pasta 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Dairy (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Embutido/ Carne Grasa con Patatas y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit (* 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	Kcal: 724 HC: 76 Prot: 34 Lip: 34
Judías verdes con tomate Pollo asado con patatas panaderas Fruta y pan Green beans with tomatoes Roasted chicken with poor man's potatoes Fruit and bread (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	Espirales al ajillo Limanda empanada con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Yogur y pan Spiral pasta with garlic Breaded yellowfin sole with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	Arroz tres delicias Croquetas de jamón con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Chinese fried rice Ham croquettes with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	Alubias pintas estofadas Tortilla de patatas con lechuga y tomate Fruta y pan Stewed pinto beans Spanish potato omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta			Kcal: 710 HC: 86 Prot: 31 Lip: 28