



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
					1	2	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
3	4	5	6	7	8	9	Kcal: 580 HC: 69 Prot: 27 Lip: 22
Tallarines con salsa de tomate Merluza con jamón y queso con lechuga y olivas negras Fruta Tagliatelle in tomato sauce Hake with ham & cheese with lettuce & olives Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	Lentejas estofadas Lomo asado en salsa con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur Lentil stew Roasted tenderloin in gravy with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta	Crema de champiñones Albóndigas de atún en salsa verde con patatas dado Fruta Cram of mushroom soup Tuna meatballs in green gravy with diced potatoes Fruit (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>VACACIONES</b> (**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy (* 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	<b>VACACIONES</b> (**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	(**) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Potatoes 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	(**) 1º Arroz 2º Precocinados con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Ready cooked with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	
10	11	12	13	14	15	16	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
<b>VACACIONES</b> (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	<b>VACACIONES</b> (**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (**) 1º Pasta 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Arroz y Fruta	<b>VACACIONES</b> (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	<b>VACACIONES</b> (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	<b>VACACIONES</b> (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Potatoes and Dairy (* 1º Patatas 2º Precocinados con Verdura y Fruta	(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	(**) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Pasta 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	
17	18	19	20	21	22	23	Kcal: 606 HC: 55 Prot: 30 Lip: 28
Patatas a la riojana Merluza a la romana con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta Riojana style potatoes Battered & fried hake with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit (* 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta	Sopa de pescado con arroz Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y tomate Yogur Fish soup with rice Baked chicken drumsticks with lettuce & tomatoes Yoghurt (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta	Crema de calabacín Albóndigas en salsa con jardinera de champiñones Fruta Cream of zucchini soup Meatballs in gravy with mixed vegetable mushrooms Fruit (* 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos	Espaguetis salteados con cebolla y chorizo Gratén de huevo con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur Spaghetti sautéed with onions & chorizo sausage Eggs au gratin with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	Garbanzos con arroz, espinacas y huevo Palometa con tomate con patatas panaderas Fruta Chickpeas with rice, spinach & egg Pomfret with tomato sauce with poor man's potatoes Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Potatoes and Dairy (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	(**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (**) 1º Pasta 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos	
24	25	26	27	28	29	30	Kcal: 609 HC: 62 Prot: 34 Lip: 27
<b>NO LECTIVO</b> (**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	Lentejas estofadas Pechuga de pollo empanada con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur Lentil stew Breaded chicken breast with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt (* 1º Verdura 2º Precocinados con Patatas y Fruta	Arroz con tomate Limanda a la romana con lechuga y olivas negras Fruta Rice with tomato sauce Battered & fried yellowfin sole with lettuce & olives Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	Sopa de cocido Cocido completo Yogur "Cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	Judías verdes con patatas rehogadas Estofado de ternera con zanahorias salteadas Fruta Braised green beans and potatoes Beef stew with sautéed carrots Fruit (* 1º Legumbres 2º Huevos con Arroz y Fruta	(**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Pasta 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Arroz y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Legumes and Dairy (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	