



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
<p>Crema de verduras San Jacobo con ensalada hortalana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Vegetable cream Cooked ham &amp; cheese escalope with salad (lettuce, tomatoes &amp; carrots) Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Huevos con Pasta y Fruta)</p>	<p>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)</p>	<p>Verduras salteadas Contramuslo de pollo asado con patatas fritas Fruta y pan Sautéed vegetables Baked chicken thigh with french fries Fruit and bread (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p><b>FESTIVO LOCAL</b> (**) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Dairy (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p>Arroz milanesa Limanda a la romana con tomate al horno Fruta y pan Milanese rice Battered &amp; fried yellowfin sole with baked tomato Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p>	<p>(**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta)</p>	<p>Kcal: 689 HC: 77 Prot: 32 Lip: 32</p>
<p>Marmitako de atún Tortilla de jamón york con ensalada Fruta y pan Marmitako tuna Cooked ham omelette with salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)</p>	<p>Alubias blancas estofadas Estofado de cerdo con tomate con patatas dado Yogur y pan Stewed white beans Stewed pork in tomato sauce with diced potatoes Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>Macarrones amatriciana Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Macaroni in amatriciana sauce Baked hake with lettuce salad with tomato &amp; sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta)</p>	<p><b>FESTIVO NACIONAL</b> (**) 1º Arroz 2º Precocinados con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Ready cooked with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos)</p>	<p><b>NO LECTIVO</b> (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy (* 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta)</p>	<p>Kcal: 632 HC: 67 Prot: 35 Lip: 26</p>
<p>Judías verdes con tomate Contramuslo de pollo asado con patatas panaderas Fruta y pan Green beans with tomatoes Baked chicken thigh with poor man's potatoes Fruit and bread (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>Lentejas a la riojana Tortilla de patatas con ensalada Yogur y pan Rioja style lentils Spanish potato omelette with salad Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta)</p>	<p>Arroz tres delicias Croquetas de jamón con ensalada hortalana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Chinese fried rice Ham croquettes with salad (lettuce, tomatoes &amp; carrots) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos)</p>	<p>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)</p>	<p>Espirales al ajillo Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Spiral pasta with garlic Baked hake with lettuce salad with tomato &amp; sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos)</p>	<p>(**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p>Kcal: 702 HC: 87 Prot: 31 Lip: 28</p>
<p>Crema de champiñones Merluza con jamón y queso con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Cram of mushroom Hake with ham &amp; cheese with lettuce salad with sweetcorn &amp; black olives Fruit and bread (* 1º Pasta 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos)</p>	<p>Judías verdes, zanahorias, guisantes y patatas rehogadas Estofado de pavo con verduras salteadas Yogur y pan Sautéed green beans, carrots, peas &amp; potatoes Turkey stew with sautéed vegetables Yoghurt and bread (* 1º Patatas 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>Tallarines napolitana Merlán a la romana con patatas dado Fruta y pan Tagliatelle in neapolitan sauce Batter-fried whiting with diced potatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p>Arroz con pollo Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur y pan Rice with chicken Omelette with lettuce salad with tomato &amp; sweetcorn Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p>Alubias pintas estofadas Lomo asado en salsa con ensalada hortalana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Stewed pinto beans Roasted tenderloin in gravy with salad (lettuce, tomatoes &amp; carrots) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)</p>	<p>(**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta)</p>	<p>Kcal: 635 HC: 77 Prot: 29 Lip: 26</p>
<p>Patatas a la riojana Merluza a la romana con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Riojana style potatoes Battered &amp; fried hake with lettuce salad with tomato &amp; sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos)</p>	<p>Sopa de pescado con arroz Jamoncitos de pollo al horno con ensalada Yogur y pan Fish soup with rice Baked chicken drumsticks with salad Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p>						<p>Kcal: 645 HC: 59 Prot: 34 Lip: 31</p>