



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
			1	2	3	4	
			Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	Judías verdes con tomate Bacalao a la romana con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Green beans with tomatoes Battered & fried codfish with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Rice and Fruit (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos	Kcal: 653 HC: 76 Prot: 40 Lip: 23
5	6	7	8	9	10	11	
Sopa de ave con pasta Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan Chicken soup with pasta Grilled hamburger with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur y pan Stewed white beans Spanish potato omelette with lettuce salad with tomato & sweetcorn Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	Crema de puerros Palometa a la romana con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Cream of leek Battered & fried pomfret with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Precocinados con Legumbres y Lácteos	Coliflor con bechamel Pinchos morunos con arroz salteado con ajo y perejil Yogur y pan Cauliflower with white sauce Shish-kabab with sautéed rice with garlic and parsley Yoghurt and bread (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	Macarrones napolitana Merluza en salsa verde con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Macaroni in neapolitan sauce Hake in green sauce with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	(**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit (* 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	Kcal: 660 HC: 70 Prot: 30 Lip: 28
12	13	14	15	16	17	18	
Crema de verduras San Jacobo con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Vegetable cream Cooked ham & cheese escalope with salad (lettuce, tomatoes & 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 Pescado con Verdura y Fruta	Verduras salteadas Huevos revueltos con chorizo Yogur y pan Sautéed vegetables Scrambled eggs with chorizo sausage Yoghurt and bread (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	Lentejas estofadas Contramuslo de pollo asado Yogur y pan Stewed lentils Baked chicken thigh Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	Arroz milanese Limanda empanada con tomate al horno Fruta y pan Milanese rice Breaded yellowfin sole with baked tomato Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Rice and Fruit (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Dairy (* 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	Kcal: 664 HC: 69 Prot: 32 Lip: 31
19	20	21	22	23	24	25	
Marmitako de atún Tortilla de jamón york con ensalada de frutos (lechuga, oliva negra y pipas) Fruta y pan Marmitako tuna Cooked ham omelette with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	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 Carne con Verdura y Fruta	Arroz con pollo Ventresca de merluza al horno con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Rice with chicken Baked hake with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta	Crema de puerros Jamoncitos de pollo al chilindrón con salteado de verduras con tomate Yogur y pan Cream of leek Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with sautéed vegetables with tomato sauce Yoghurt and bread (* 1º Legumbres 2º Huevos con Pasta y Fruta	Espirales amatriciana Abadejo a la andaluza con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Pasta Matrician Andalusian style haddock with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Egg with Potatoes and Fruit (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Rice and Dairy (* 1º Arroz 2º Precocinados con Verdura y Fruta	Kcal: 654 HC: 72 Prot: 38 Lip: 23
26	27	28	29	30	31		
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 Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	Lentejas estofadas Tortilla de patatas con calabacín con ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur y pan Stewed lentils Potato & zucchini omelette with lettuce salad with tomato & sweetcorn Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	Arroz tres delicias Croquetas de jamón con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas negras Fruta y pan Chinese fried rice Ham croquettes with lettuce salad with sweetcorn & black olives Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	VACACIONES (**) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Dairy (* 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	VACACIONES (**) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	(**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta		Kcal: 728 HC: 85 Prot: 26 Lip: 33