







LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>01</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p> 	<p><b>02</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>03</b></p> <p>Macarrones gratinados</p> <p>Pesquitos con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>663 Kcal. / P: 25,5g / H: 79,1g G: 25,4g / A.G.S.: 4,9g</p>	<p><b>04</b></p> <p>Sopa de fideos (fideos, caldo de cocido)</p> <p>Cocido completo (garbanzos, chorizo, ternera, pollo, codillo, tocino y patatas)</p> <p>Fruta</p> <p>685 Kcal. / P: 37,9g / H: 87,6g G: 16,8g / A.G.S.: 5,6g</p> 	<p><b>05</b></p> <p>Arroz a la ragance (con pollo y champiñones)</p> <p>Tortilla francesa con atún y ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>660 Kcal. / P: 26,1g / H: 78,8g G: 25,3g / A.G.S.: 4,8g</p>
<p><b>08</b></p> <p>Coditos a la napolitana</p> <p>Pescadilla al horno con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>679 Kcal. / P: 29g / H: 86,1g G: 21,7g / A.G.S.: 4,3g</p>	<p><b>09</b></p> <p>Crema de zanahoria y calabacín</p> <p>Albóndigas de ternera en salsa con arroz</p> <p>Fruta</p> <p>654 Kcal. / P: 27,2g / H: 81,9g G: 22,2g / A.G.S.: 8,2g</p>	<p><b>10</b></p> <p>Arroz tres delicias (jamón, huevo y guisantes)</p> <p>Lomo de salmón con lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Yogur</p> <p>688 Kcal. / P: 30,2g / H: 74,9g G: 28,9g / A.G.S.: 6,3g</p> 	<p><b>11</b></p> <p>Judías verdes rehogadas</p> <p>Pollo asado al limón con patatas</p> <p>Fruta</p> <p>609 Kcal. / P: 28,4g / H: 59g G: 25,1g / A.G.S.: 4,6g</p>	<p><b>12</b></p> <p>Lentejas estofadas (patata, zanahoria y cebolla)</p> <p>Filete de Sajonia con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>634 Kcal. / P: 29,1g / H: 72,3g G: 21,8g / A.G.S.: 2,8g</p>
<p><b>15</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>16</b></p> <p>Espaguetis a la boloñesa</p> <p>Lomos de rosada rebozados con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>671 Kcal. / P: 35,3g / H: 78,3g G: 22,3g / A.G.S.: 4,2g</p>	<p><b>17</b></p> <p>Crema de verduras frescas</p> <p>Hamburguesa de ternera con patatas</p> <p>Fruta</p> <p>619 Kcal. / P: 24,6g / H: 67,8g G: 25,2g / A.G.S.: 8,3g</p>	<p><b>18</b></p> <p>Arroz con tomate y calabacín</p> <p>Merluza al horno con ensalada</p> <p>Postre lácteo</p> <p>628 Kcal. / P: 25,5g / H: 79,3g G: 21,8g / A.G.S.: 4,8g</p> 	<p><b>19</b></p> <p>Judías pintas guisadas (zanahoria, cebolla)</p> <p>Salchichas de pavo con ensalada</p> <p>631 Kcal. / P: 34,7g / H: 64,5g G: 22g / A.G.S.: 3,8g</p>
<p><b>22</b></p> <p>Espirales gratinados</p> <p>Filete de pescadilla al limón con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>653 Kcal. / P: 27,5g / H: 75,7g G: 25,1g / A.G.S.: 5g</p> 	<p><b>23</b></p> <p>Paella (calamares, mejillones, pollo, chirlas, gambas, pimienta, guisantes)</p> <p>Jamón york y queso con ensalada</p> <p>Fruta</p> <p>619 Kcal. / P: 30,4g / H: 60,6g G: 27,2g / A.G.S.: 8,9g</p>	<p><b>24</b></p> <p>Puré de la huerta (ajo, puerro, nabo, zanahoria, acelga, repollo, patata)</p> <p>Pollo al horno con patatas</p> <p>Fruta</p> <p>641 Kcal. / P: 27,1g / H: 75,9g G: 23,2g / A.G.S.: 6,4g</p> 	<p><b>25</b></p> <p>Sopa de picadillo</p> <p>Ternera en salsa jardinera con patatas</p> <p>Postre lácteo</p> <p>700 Kcal. / P: 32,9g / H: 74,9g G: 28,3g / A.G.S.: 7,5g</p>	<p><b>26 Día sin gluten en el cole</b></p> <p>Judías blancas caseras (tomate, zanahoria, cebolla y chorizo)</p> <p>Tortilla francesa con ensalada de colores</p> <p>Fruta</p> <p>649 Kcal. / P: 23,7g / H: 76,1g G: 23,6g / A.G.S.: 4,4g</p>
<p><b>29</b></p> <p>Farfalle con calabacín y queso</p> <p>Merluza en salsa Mery con guisantes</p> <p>Fruta</p> <p>623 Kcal. / P: 26,6g / H: 87,6g G: 15,9g / A.G.S.: 3,6g</p>	<p><b>30</b></p> <p>Judías verdes al ajoarriero</p> <p>Magro en salsa jardinera con patatas</p> <p>Yogur</p> <p>646 Kcal. / P: 31,8g / H: 69,2g G: 24,1g / A.G.S.: 4,8g</p> 	<p><b>31</b></p> <p>Sopa de fideos (fideos, caldo de cocido)</p> <p>Cocido completo (garbanzos, chorizo, ternera, pollo, codillo, tocino y patatas)</p> <p>Fruta</p> <p>685 Kcal. / P: 37,9g / H: 87,6g G: 16,8g / A.G.S.: 5,6g</p>	<p><b>P: Proteínas</b> <b>H: Hidratos de carbono</b> <b>G: Grasas</b> <b>A.G.S: Ácidos grasos saturados</b></p> 	

Los menús se sirven acompañados de pan y agua, así como de un vaso de leche opcional, sola o con cacao y/o azúcar. Personal propio, especializado y experimentado, elabora los menús íntegramente en nuestras instalaciones utilizando productos de primera calidad. En cumplimiento del Reglamento (UE) 1169/2011 la información de alérgenos está disponible en la cocina del centro. **Menús especiales para alergias: Consultar WEB**