

2 ``El valor nutricional está referido en un rango de edad de 6 a 9 años``

JUEVES 01
 Crema de coliflor
 Estofado de ave en salsa con patatas
 Fruta, leche pan y agua

687 kcal; Prot: 34g; Lip: 23g; HC: 76g

VIERNES 02
 Sopa de cocido con fideos
 Garbanzos con morcillo chorizo, zanahoria etc...
 Yogur de fruta, pan y agua
Elaborado con fideo ecológico

Kcal: 699,12; Prot: 31,96; Lip: 18,13; HC: 96,13

3 **LUNES 05**
 Arroz con salsa de tomate
 Merluza en salsa verde con lechuga y tomate
 Fruta, pan y agua

kcal 563; Prot: 25g; Lip: 11,5g; HC: 86,5g

MARTES 06
 Sopa de lluvia con picadillo
 Filete de ternera en salsa con champiñón
 Fruta, leche pan y agua

764 kcal; Prot: 39g; Lip: 35g; HC: 67g

MIÉRCOLES 07
 Fabada asturiana
 Huevos cocidos con pisto manchego
 Zumos de naranja natural ó fruta, pan y agua

634 kcal; Prot: 28g; Lip: 25g; HC: 61g

JUEVES 08
 Coditos a la carbonara
 Bacalao a la bilbaína con lechuga y zanahoria
 Fruta, leche pan y agua

658 kcal; Prot: 29g; Lip: 21g; HC: 81g

VIERNES 09
 Crema de calabaza
 Escalope de pollo empanado con ensalada
 Yogur de fruta, pan y agua

717 kcal; Prot: 36g; Lip: 26g; HC: 70g

4 **LUNES 12**
 Macarrones con tomate gratinados
 Emperador al ajillo con lechuga y maíz
 Fruta, pan y agua
Elaborado con macarrones ecológicos

571 kcal; Prot: 24g; Lip: 18g; HC: 80g

MARTES 13
 Lentejas estofadas con cebolla, pimiento etc..
 Tortilla de espinacas con lechuga y tallos de espárragos
 Fruta, leche pan y agua

645 kcal; Prot: 31g; Lip: 24g; HC: 68g

MIÉRCOLES 14
 Patatas guisadas a la marinera
 Chuleta de cerdo a la riojana con lechuga y tomate
 Fruta, leche pan y agua

730 kcal; Prot: 28g; Lip: 34g; HC: 70g

JUEVES 15
 Sopa de cocido con fideos
 Garbanzos con morcillo zanahoria, patata etc...
 Fruta, leche pan y agua
Elaborado con fideo ecológico

761 kcal; Prot: 28g; Lip: 23g; HC: 98g

VIERNES 16
 Crema de calabacín
 Albóndigas de ternera a la jardinera con patata cuadro
 Yogur de fruta, pan y agua

803 kcal; Prot: 25; Lip: 40 g; HC: 81g

5 **LUNES 19**
 Arroz caldoso con verduras
 Pescadilla a la vasca con tallos de espárragos
 Fruta, pan y agua

596 kcal; Prot: 25g; Lip: 18g; HC: 80g

MARTES 20
 Judías verdes salteadas
 Salchichas frescas con lechuga y remolacha
 Fruta, leche pan y agua

592 kcal; Prot: 26g; Lip: 19g; HC: 64g

MIÉRCOLES 21
 Judías pintas estofadas
 Tortilla francesa con loncha de pavo
 Fruta, leche pan y agua

614 kcal; Prot: 33,5g; Lip: 18,7g; HC: 75,3g

JUEVES 22
 Raviolis con salsa de tomate
 Taquitos de rape andaluza con lechuga y maíz
 Yogur de fruta, pan y agua

832 kcal; Prot: 28g; Lip: 34g; HC: 79g

VIERNES 23
VACACIONES DE SEMANA SANTA

6 **LUNES 26**
VACACIONES DE SEMANA SANTA

MARTES 27
VACACIONES DE SEMANA SANTA

MIÉRCOLES 28
VACACIONES DE SEMANA SANTA

JUEVES 29
VACACIONES DE SEMANA SANTA

VIERNES 30
VACACIONES DE SEMANA SANTA

2 *“El valor nutricional está referido en un rango de edad de 6 a 9 años”*

LUNES 05

Arroz con salsa de tomate
Merluza en salsa verde con lechuga y tomate
Fruta, pan sin gluten y agua

MARTES 06

Sopa de pasta sin gluten (caldo natural)
Filete de ternera en salsa con champiñón
Fruta, leche pan sin gluten y agua

MIÉRCOLES 07

Judías blancas estofadas con verdura (sin embutido)
Huevos cocidos con pisto manchego
Zum de naranja natural ó fruta, pan sin gluten y agua

JUEVES 01

Crema de coliflor (caldo natural)
Estofado de ave en salsa con patatas
Fruta, leche pan sin gluten y agua

VIERNES 02

Sopa de pasta sin gluten (caldo natural)
Garbanzos con verdura y carne (sin embutido)
Fruta, pan sin gluten y agua

3

LUNES 12

Macarrones s/gluten con salsa de tomate
Emperador al ajillo con lechuga y maíz
Fruta, pan sin gluten y agua

MARTES 13

Lentejas estofadas con cebolla, pimiento etc..
Tortilla de espinacas con lechuga y tallos de espárragos
Fruta, leche pan sin gluten y agua

MIÉRCOLES 14

Patatas guisadas a la marinera
Chuleta de cerdo al horno con lechuga y tomate
Fruta, leche pan sin gluten y agua

JUEVES 15

Sopa de pasta sin gluten (caldo natural)
Garbanzos con verdura y carne (sin embutido)
Fruta, leche pan sin gluten y agua

VIERNES 16

Crema de calabacín (caldo natural)
Ternera a la jardinera con patatas dado
Fruta, pan sin gluten y agua

4

LUNES 19

Arroz caldoso con verduras
Pescadilla a la vasca s/gluten con tallos de espárragos
Fruta, pan sin gluten y agua

MARTES 20

Judías verdes salteadas
Salchichas frescas s/gluten con lechuga y remolacha
Fruta, leche pan sin gluten y agua

MIÉRCOLES 21

Judías pintas estofadas
Tortilla francesa con loncha de pavo s/gluten
Fruta, leche pan sin gluten y agua

JUEVES 22

Pasta s/gluten con salsa de tomate natural
Taquitos de rape a la andaluza s/gluten con lechuga y maíz
Fruta, pan sin gluten y agua

VIERNES 23

VACACIONES DE SEMANA SANTA

5

LUNES 26

VACACIONES DE SEMANA SANTA

MARTES 27

VACACIONES DE SEMANA SANTA

MIÉRCOLES 28

VACACIONES DE SEMANA SANTA

JUEVES 29

VACACIONES DE SEMANA SANTA

VIERNES 30

VACACIONES DE SEMANA SANTA

6

2 ``El valor nutricional está referido en un rango de edad de 6 a 9 años``

JUEVES 01

Crema de coliflor (caldo natural)
Estofado de ave en salsa con patatas
Fruta, pan y agua

VIERNES 02

Sopa de pasta sin huevo (caldo natural)
Garbanzos con verdura y carne (sin embutido, ternera)
Fruta, pan y agua

3 **LUNES 05**
Arroz con salsa de tomate
Merluza en salsa verde con lechuga y tomate
Fruta, pan y agua

MARTES 06
Sopa de pasta sin huevo (caldo natural)
Pavo a la plancha con champiñones salteados
Fruta, pan y agua

MIÉRCOLES 07
Judías blancas estofadas con verdura (sin embutido)
Magro de cerdo con pisto manchego
Zum de naranja natural ó fruta, pan y agua

JUEVES 08
Coditos s/huevo con salsa de tomate natural
Bacalao a la bilbaína con lechuga y zanahoria
Fruta, pan y agua

VIERNES 09
Crema de calabaza (caldo natural)
Filete de pollo a la plancha con ensalada
Fruta, pan y agua

4 **LUNES 12**
Macarrones s/huevo con salsa de tomate
Emperador al ajillo con lechuga y maíz
Fruta, pan y agua

MARTES 13
Lentejas estofadas con cebolla, pimiento etc..
Pechuga de pollo a la plancha lechuga y tallos de espárragos
Fruta, pan y agua

MIÉRCOLES 14
Patatas guisadas a la marinera
Chuleta de cerdo al horno con lechuga y tomate
Fruta, pan y agua

JUEVES 15
Sopa de pasta sin huevo (caldo natural)
Garbanzos con verdura y carne (sin embutido, ternera)
Fruta, pan y agua

VIERNES 16
Crema de calabacín (caldo natural)
Pavo a la plancha con patatas cuadro
Fruta, pan y agua

5 **LUNES 19**
Arroz caldoso con verduras
Pescadilla al horno con tallos de espárragos
Fruta, pan y agua

MARTES 20
Judías verdes salteadas
Lomo a la plancha con lechuga y remolacha
Fruta, pan y agua

MIERCOLES 21
Judías pintas estofadas
Pollo salteado con ensalada mixta
Fruta, pan y agua

JUEVES 22
Pasta s/huevo con salsa de tomate natural
Rape al horno con lechuga y maíz
Fruta, pan y agua

VIERNES 23
VACACIONES DE SEMANA SANTA

6 **LUNES 26**
VACACIONES DE SEMANA SANTA

MARTES 27
VACACIONES DE SEMANA SANTA

MIERCOLES 28
VACACIONES DE SEMANA SANTA

JUEVES 29
VACACIONES DE SEMANA SANTA

VIERNES 30
VACACIONES DE SEMANA SANTA

2 ``El valor nutricional está referido en un rango de edad de 6 a 9 años``

LUNES 05

Arroz con salsa de tomate
Merluza en salsa verde con lechuga y tomate
Fruta, pan y agua

MARTES 06

Sopa de pasta sin huevo (caldo natural)
Filete de ternera en salsa con champiñón
Fruta, pan y agua

MIÉRCOLES 07

Judías blancas estofadas con verdura (sin embutido)
Magro de cerdo con pisto manchego
Zum de naranja natural ó fruta, pan y agua

JUEVES 08

Coditos s/huevo con salsa de tomate natural
Bacalao a la bilbaína con lechuga y zanahoria
Fruta, pan y agua

VIERNES 09

Crema de calabaza (caldo natural)
Filete de pollo a la plancha con ensalada
Fruta, pan y agua

LUNES 12

Macarrones s/huevo con salsa de tomate
Emperador al ajillo con lechuga y maíz
Fruta, pan y agua

MARTES 13

Lentejas estofadas con cebolla, pimiento etc..
Pechuga de pollo a la plancha con lechuga y tallos de espárragos
Fruta, pan y agua

MIÉRCOLES 14

Patatas guisadas a la marinera
Chuleta de cerdo al horno con lechuga y tomate
Fruta, pan y agua

JUEVES 15

Sopa de pasta sin huevo (caldo natural)
Garbanzos con verdura y carne (sin embutido)
Fruta, pan y agua

VIERNES 16

Crema de calabacín (caldo natural)
Ternera a la jardinera con patatas cuadro
Fruta, pan y agua

LUNES 19

Arroz caldoso con verduras
Pescadilla al horno con tallos de espárragos
Fruta, pan y agua

MARTES 20

Judías verdes salteadas
Lomo a la plancha con lechuga y remolacha
Fruta, pan y agua

MIÉRCOLES 21

Judías pintas estofadas
Pollo salteado con ensalada mixta
Fruta, pan y agua

JUEVES 22

Pasta s/huevo con salsa de tomate natural
Rape al horno con lechuga y maíz
Fruta, pan y agua

VIERNES 23

VACACIONES DE SEMANA SANTA

LUNES 26

VACACIONES DE SEMANA SANTA

MARTES 27

VACACIONES DE SEMANA SANTA

MIÉRCOLES 28

VACACIONES DE SEMANA SANTA

JUEVES 29

VACACIONES DE SEMANA SANTA

VIERNES 30

VACACIONES DE SEMANA SANTA

