

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

VIERNES 01
Ensalada campera con patata, huevo, tomate. Cinta de lomo a la madrileña con lechuga y tomate Yogur, pan y agua

Kcal 701 Pt34,1 Lip 25,1 HC 82,3

LUNES 04
Lentejas caseras con verduritas Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria Fruta, pan y agua

Kcal 657 Pt 25,8 Lip 18,8 HC 90,3

MARTES 05
Ensalada alemana con salchichas Pescadilla a la romana con lechuga y tomate Fruta, leche pan y agua

Kcal 632 Pt 33,6 Lip 24,9 HC 64,4

MIÉRCOLES 06
Sopa de fideos con picadillo Albóndigas a la jardinera con champiñón salteado Fruta, leche pan y agua Elaborado con fideos ecológicos

Kcal 790Pt 29,2 Lip 33,6HC 89,7

JUEVES 07
Menestra de verduras a la navarra Ragout de pavo con patatas fritas Fruta, leche pan y agua

Kcal 631 Pt 40,5 Lip 22 HC 65,2

VIERNES 08
Arroz a la milanesa Bacalao a la roteña con lechuga y maíz Helado, pan y agua

Kcal 720 Pt 33,3 Lip 16,3 HC 104

LUNES 11
Coditos a la carbonara Cazón en adobo con lechuga y tomate Fruta, pan y agua

Kcal 839 Pt 32,9 Lip 33,1 HC 99,5

MARTES 12
Crema de coliflor Ragout de ternera con patata dado Fruta, leche pan y agua

Kcal 708 Pt 32,3 Lip 34,6 HC 63,7

MIÉRCOLES 13
Alubias pintas guisadas con zanahoria, puerro etc.. Tortilla francesa con loncha de pavo Fruta, leche pan y agua

Kcal 628Pt 30,5 Lip 20,6 HC 71,5

JUEVES 14
Ensaladilla rusa Pollo asado en su jugo con zanahoria salteada Fruta, leche pan y agua

Kcal 672 Pt 29,7 Lip 21,8 HC 86,9

VIERNES 15
Arroz salteado con pavo y champiñones Salmon en papillote con zanahoria Yogur, pan y agua.

Kcal 704 Pt 42,7 Lip 25 HC 74,4

LUNES 18
Macarrones con salsa de tomate Magro de cerdo riojana con ensalada Fruta, leche pan y agua Elaborado con macarrones ecológicos

Kcal 649 Pt 28,1 Lip 17,2 HC 91,8

MARTES 19
Paella valenciana Merluza en salsa vasca con espárragos Fruta, leche pan y agua

Kcal 733 Pt 31,5 Lip 23,7 HC 94,6

MIERCOLES 20
Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patata con lechuga y maíz Fruta,leche,pan y agua

Kcal 684 Pt 30,3 Lip 23,9 HC 80,9

JUEVES 21
Crema de verduras Contramuslo de pollo empanado con patatas Fruta, pan y agua

Kcal 709 Pt 38,5 Lip 29 HC 68,8

VIERNES 22
MENU ESPECIAL DE VERANO

LUNES 25
VACACIONES DE VERANO

MARTES 26
VACACIONES DE VERANO

MIERCOLES 27
VACACIONES DE VERANO

JUEVES 28
VACACIONES DE VERANO

VIERNES 29
VACACIONES DE VERANO

3

