

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>1</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de estrellitas con pollo y verduras - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Patatas a lo pobre al horno con pimientos - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 16.04%, G: 24.67%, HC: 59.30%, Az: 20.75gr Sal: 1.33gr, AGS: 3.03gr, 480.70 Kcal</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo, zanahoria y guisantes - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil - Calabacín, berenjena, pimiento y patata al vapor - Fruta fresca - Pan integral <p>P: 13.01%, G: 30.39%, HC: 56.60%, Az: 15.23gr Sal: 1.12gr, AGS: 3.14gr, 604.31 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo - Tortilla de calabacín - Pipirrana - Fruta fresca - Pan ecológico <p>P: 19.08%, G: 34.00%, HC: 46.91%, Az: 14.49gr Sal: 3.21gr, AGS: 3.23gr, 487.20 Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de ajo - Calamares fritos - Ensalada de lechuga, tomate, palmito, zanahoria y maíz - Natillas - Pan ecológico <p>P: 16.54%, G: 34.88%, HC: 48.58%, Az: 4.97gr Sal: 1.47gr, AGS: 3.00gr, 697.12 Kcal</p>
<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín y puerros con queso - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil - Patatas gajo especiadas al horno - Fruta: manzana - Pan ecológico <p>P: 15.85%, G: 37.71%, HC: 46.45%, Az: 20.49gr Sal: 1.31gr, AGS: 3.94gr, 530.94 Kcal</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento - Tortilla de patatas con cebolla - Tomate y pepino aliñado - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 15.57%, G: 24.69%, HC: 59.74%, Az: 19.83gr Sal: 2.06gr, AGS: 3.03gr, 514.70 Kcal</p>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz con tomate - Jamoncitos de pollo al horno con ajo y limón - Judías verdes salteadas - Fruta: pera - Pan ecológico <p>P: 13.95%, G: 28.26%, HC: 57.79%, Az: 16.96gr Sal: 1.23gr, AGS: 2.50gr, 555.51 Kcal</p>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria - Bacalao frito - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta: plátano - Pan integral <p>P: 13.49%, G: 28.80%, HC: 57.70%, Az: 28.47gr Sal: 1.81gr, AGS: 2.26gr, 556.02 Kcal</p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emblancho de merluza - Ternera en salsa - Patatas fritas julienne - Arroz con leche - Pan ecológico <p>P: 18.59%, G: 35.30%, HC: 46.11%, Az: 24.88gr Sal: 1.49gr, AGS: 6.75gr, 685.68 Kcal</p>
<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de patata, zanahoria y garbanzos - Jurel al limón al horno - Zanahoria hervida - Fruta: manzana - Pan ecológico <p>P: 21.66%, G: 24.64%, HC: 53.70%, Az: 21.40gr Sal: 7.50gr, AGS: 1.93gr, 467.75 Kcal</p>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de champiñones, calabacín y zanahoria - Pavo al horno con salsa de cebolla y ajo - Patatas al horno - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 15.28%, G: 41.84%, HC: 42.88%, Az: 25.49gr Sal: 1.13gr, AGS: 4.05gr, 544.31 Kcal</p>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo - Rosada al horno con cebolla y tomillo - Ensalada de lechuga, zanahoria natural, maíz y aceitunas - Fruta: pera - Pan ecológico <p>P: 15.65%, G: 29.20%, HC: 55.15%, Az: 23.17gr Sal: 1.37gr, AGS: 2.87gr, 618.66 Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento - Tortilla de patatas con calabacín - Tomate aliñado - Fruta: plátano - Pan integral <p>P: 13.27%, G: 23.77%, HC: 62.96%, Az: 25.70gr Sal: 0.97gr, AGS: 2.22gr, 520.79 Kcal</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Consomé con hierbabuena - Albondigas de pollo con salsa de almendras - Arroz blanco con pasas y piñones - Natillas de galleta - Pan ecológico <p>P: 13.71%, G: 29.74%, HC: 56.55%, Az: 23.39gr Sal: 1.49gr, AGS: 2.71gr, 805.42 Kcal</p>
<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín y puerros - Pinchitos de pollo en salsa de cebolla y zanahoria - Patatas gajo especiadas al horno - Fruta: manzana - Pan ecológico <p>P: 13.45%, G: 31.14%, HC: 55.41%, Az: 22.00gr Sal: 1.16gr, AGS: 2.26gr, 465.01 Kcal</p>	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de fideos, garbanzos, patata y zanahoria - Merluza al horno con ajitos - Calabacín y puerros al horno - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 19.31%, G: 33.39%, HC: 47.30%, Az: 23.57gr Sal: 1.23gr, AGS: 4.28gr, 631.47 Kcal</p>	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz guisado con magro, tomate y guisantes - Croquetas de cocido - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz, zanahoria y palmito - Fruta: pera - Pan ecológico <p>P: 12.22%, G: 32.57%, HC: 55.21%, Az: 18.79gr Sal: 1.40gr, AGS: 3.33gr, 631.27 Kcal</p>	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria - Tortilla francesa al horno - Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate - Fruta: plátano - Pan integral <p>P: 13.01%, G: 32.22%, HC: 54.78%, Az: 28.76gr Sal: 1.59gr, AGS: 3.45gr, 552.21 Kcal</p>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vichyssoise de puerro, apio y calabacín - Bacalao en salsa de pimiento del piquillo - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Flan sabor vainilla - Pan ecológico <p>P: 14.94%, G: 31.80%, HC: 53.26%, Az: 26.90gr Sal: 5.42gr, AGS: 3.54gr, 671.28 Kcal</p>
<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín - Contramuslo de pollo asado al horno - Arroz blanco hervido - Fruta: manzana - Pan ecológico <p>P: 17.66%, G: 23.99%, HC: 58.35%, Az: 18.67gr Sal: 3.05gr, AGS: 2.14gr, 580.50 Kcal</p>	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz, patata, tomate, cebolla y pimiento rojo v.1 - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz y zanahoria - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 14.50%, G: 28.54%, HC: 56.96%, Az: 20.16gr Sal: 1.36gr, AGS: 3.98gr, 644.54 Kcal</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lasaña vegetal - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Ensalada de espinacas, tomate, pepino y huevo duro - Fruta: pera - Pan ecológico <p>P: 17.55%, G: 34.02%, HC: 48.42%, Az: 19.63gr Sal: 1.26gr, AGS: 3.67gr, 418.55 Kcal</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín - Tortilla de patatas con cebolla - Tomate y pepino aliñado - Fruta: plátano - Pan integral <p>P: 9.58%, G: 29.58%, HC: 60.83%, Az: 30.22gr Sal: 1.91gr, AGS: 2.39gr, 448.73 Kcal</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de picadillo con patata, garbanzo, huevo duro, zanahoria y pollo - Rosada frita - Ensaladilla rusa - Natillas - Pan ecológico <p>P: 14.73%, G: 47.10%, HC: 38.18%, Az: 2.36gr Sal: 3.28gr, AGS: 4.51gr, 803.04 Kcal</p>

 F. Cáscara /
  Apio /
  Mostaza /
  Sésamo /
  SO2 /
  Moluscos /
  Altramuces /
  Gluten /
  Crustáceos /
  Huevos /
  Pescados /
  Cacahuets /
  Soja /
  Lácteos

Elaborado por:

Cristina Vázquez (Colegiada nº AND-646)