

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Promedio semanal 3 a 8 años:
Promedio semanal 9 a 13 años:

Kcal: 607.3
Kcal: 777.34

Prot: 28.4
Prot: 36.35

LIP: 19.66
LIP : 25.16

HC(gr): 82.67
HC(gr): 105.82

05
GARBANZOS CON VERDURAS
CONTRAMUSLO DE POLLO EN PEPITORIA CON
LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
Promedio semanal 3 a 8 años:
Promedio semanal 9 a 13 años:

06
ARROZ CON VERDURAS
ABADEJO A LA MEDITERRANEA
FRUTA FRESCA Y PAN
Kcal: 593,46
Kcal: 759,63

07
JUDÍAS VERDES CON PATATAS AL VAPOR
ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA ESPAÑOLA
YOGURT Y PAN
Prot: 28.94
Prot: 37,04

08
SOPA CASERA DE AVE
TORTILLA DE PATATA CON
MAIZ Y LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
LIP: 18,01
LIP : 23,05

09
CREMA DE CALABAZA
LOMO A LA RIOJANA CON LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
HC(gr): 79,07
HC(gr): 101,23

12
FESTIVO
Promedio semanal 3 a 8 años:
Promedio semanal 9 a 13 años:

13
ALUBIAS CON VERDURAS
JAMONCITOS DE POLLO AL LIMÓN CON
LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
Kcal: 603,51
Kcal: 772,49

14
BORRAJA DE ARAGÓN CON PATATAS
SAN JACOBO CON LECHUGA
YOGURT Y PAN
Prot: 30,3
Prot: 38,78

15
PATATAS ESTOFADAS A LA MARINERA
LOMO CON SALSA DE ZANAHORIA
FRUTA FRESCA Y PAN
LIP: 23,39
LIP : 29,94

16
ARROZ CON SALSA DE TOMATE
MERLUZA EN SALSA
FRUTA FRESCA Y PAN
HC(gr): 68,1
HC(gr): 87,17

19
CREMA DE CALABACÍN
TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
Promedio semanal 3 a 8 años:
Promedio semanal 9 a 13 años:

20
LENTEJAS A LA CAMPESINA CON VERDURAS
FILETE DE POLLO EMPANADO CON MAIZ Y
LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
Kcal: 580,69
Kcal: 743,28

21
ARROZ CON CALAMARES
MERLUZA EN SALSA VERDE
YOGURT Y PAN
Prot: 25,086
Prot: 32,11

22
ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS
SALCHICHAS FRESCAS DE AVE CON
TOMATE Y LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
LIP: 18,894
LIP : 24,18

23
TALLARINES CON TOMATE
TERNERA A LA JARDINERA
FRUTA FRESCA Y PAN
HC(gr): 77,614
HC(gr): 99,35

26
SOPA CASERA DE COCIDO
LONGANIZA DE ARAGÓN CON LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
Promedio semanal 3 a 8 años:
Promedio semanal 9 a 13 años:

27
VERDURA TRICOLOR AL ACEITE DE AJO
CONTRAMUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN
FRUTA FRESCA Y PAN
Kcal: 602,82
Kcal: 771,61

28
GARBANZOS CON VERDURAS
CINTA DE LOMO CON CHAMPIÑONES Y
LECHUGA
YOGURT Y PAN
Prot: 26,048
Prot: 33,34

29
PAELLA DE CARNE
TORTILLA FRANCESA CON YORK Y
LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
LIP: 23,272
LIP : 29,79

30
PATATAS GUIADAS CON CHORIZO
SALMÓN AL HORNO EN SALSA DE CALABAZA
FRUTA FRESCA Y PAN
HC(gr): 75,64
HC(gr): 96,82