

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES
07

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

08

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

09

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

10

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

11

TALLARINES CON SALSA DE TOMATE
ESTOFADO DE TERNERA A LA RIOJANA
FRUTA FRESCA Y PAN
HC(gr): 77,614
HC(gr): 99,35

14

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

15

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
CONTRASMULO DE POLLO AL CHILINDRÓN
CON LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
Kcal: 602,82
Kcal: 771,61

16

POTAJE DE GARBANZOS
LOMO ASADO EN SALSA DE ZANAHORIA
YOGURT Y PAN
Prot: 26,048
Prot: 33,34

17

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

18

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

21

LENTEJAS CON CHORIZO Y ZANAHORIA
LOMO ASADO A LA CAZADORA
FRUTA FRESCA Y PAN
Promedio semanal 3 a 8 años:
Promedio semanal 9 a 13 años:

22

ESPAGUETTIS CON ATÚN
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
CON LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
Kcal: 600,9
Kcal: 769,15

23

MENESTRA CON PATATAS
HAMBURGUESA CON SALSA DE TOMATE
YOGURT Y PAN
Prot: 28,51
Prot: 36,49

24

CREMA DE VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
LIP: 21,032
LIP : 26,92

25

ARROZ AL HORNO CON SALSA DE TOMATE
MERLUZA EN SALSA VERDE
CON LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
HC(gr): 74,128
HC(gr):98,88

28

JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS
SALCHICHAS FRESCAS DE AVE CON TOMATE
FRUTA FRESCA Y PAN
Promedio semanal 3 a 8 años:
Promedio semanal 9 a 13 años:

29

ARROZ CON POLLO Y SETAS
TORTILLA FRANCESA
CON QUESO Y LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN
Kcal: 607,3
Kcal: 777,34

30

LENTEJAS A LA CAMPESINA CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON LECHUGA
YOGURT Y PAN
Prot: 28,4
Prot: 36,35

LIP: 19,66
LIP : 25,16

HC(gr): 82,67
HC(gr): 105,16