

01

JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS CON
VERDURAS
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
CON LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN

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

Kcal: 603,51
Kcal: 772,49

02

BORRAJAS DE ARAGÓN CON PATATAS
SAN JACOBO
CON LECHUGA
YOGURT Y PAN

Prot: 30,3
Prot: 38,78

03

PATATAS GUIADAS A LA MARINERA
LOMO CON SALTEADO DE CHAMPIÑONES
FRUTA FRESCA Y PAN

LIP: 23,39
LIP : 29,94

04

ARROZ AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE
MERLUZA EN SALSAS MARINERA
FRUTA FRESCA Y PAN

HC(gr): 68,1
HC(gr):87,17

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:

Kcal: 580,69
Kcal: 743,28

08

LENTEJAS A LA CAMPESINA CON VERDURAS
FILETE DE POLLO EMPANADO
CON CHIPS
FRUTA FRESCA Y PAN

Prot: 25,086
Prot: 32,11

09

ARROZ CON CALAMAR MARINERA
MERLUZA EN SALSAS VERDE
YOGURT Y PAN

LIP: 18,894
LIP : 24,18

10

ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS
SALCHICHAS FRESCAS DE AVE CON TOMATE
Y LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN

HC(gr): 77,614
HC(gr): 99,35

11

TALLARINES CON SALSAS DE TOMATE
ESTOFADO DE TERNERA A LA RIOJANA
FRUTA FRESCA Y PAN

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:

Kcal: 602,82
Kcal: 771,61

15

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
CONTRASMULO DE POLLO AL CHILINDRÓN
CON LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN

Prot: 26,048
Prot: 33,34

16

POTAJE DE GARBANZOS
LOMO ASADO EN SALSAS DE ZANAHORIA
YOGURT Y PAN

LIP: 23,272
LIP : 29,79

17

PAELLA DE CARNE
TORTILLA FRANCESA
CON YORK Y LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN

HC(gr): 75,64
HC(gr):96,82

18

PATATAS GUIADAS CON VERDURAS
SALMÓN AL HORNO
CON SALSAS DE CALABAZA
FRUTA FRESCA Y PAN

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:

Kcal: 600,9
Kcal: 769,15

22

ESPAGUETTIS CON ATÚN
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
CON LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN

Prot: 28,51
Prot: 36,49

23

MENESTRA CON PATATAS
HAMBURGUESA CON SALSAS DE TOMATE
YOGURT Y PAN

LIP: 21,032
LIP : 26,92

24

CREMA DE VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN

HC(gr): 74,128
HC(gr):98,88

25

ARROZ AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE
MERLUZA EN SALSAS VERDE
CON LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN

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:

Kcal: 607,3
Kcal: 777,34

29

ARROZ CON POLLO Y SETAS
TORTILLA FRANCESA
CON QUESO Y LECHUGA
FRUTA FRESCA Y PAN

Prot: 28,4
Prot: 36,35

30

LENTEJAS A LA CAMPESINA CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON LECHUGA
YOGURT Y PAN

LIP: 19,66
LIP : 25,16



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