



■ Festivo
■ 100% Vegetal
■ Día especial

Fruta orientativa según estado óptimo de maduración. Fruta de verano: sandía/ melón/nectarina; Invierno: mandarina, naranja, caqui. Agua como única bebida. Elaboramos con sal yodada. Valoración nutricional teórica: Turno infantil - Ración 7-12 años. Menús supervisados: Colegiado MAD01214

1 - 3 años

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
7 Arroz con tomate Merluza Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Manzana Pan blanco Kcal. 468 h.c. 63,1 lip. 14,7 p. 22,2	8 Alubias blancas estofadas Tortilla de jamón cocido Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Fruta de temporada Pan integral Kcal. 457 h.c. 52,6 lip. 15,9 p. 22,9	9 Crema de zanahoria Pollo guisado Cous cous Pera Pan blanco Kcal. 501 h.c. 55,4 lip. 15,8 p. 33,8	10 Sopa de cocido Cocido completo Plátano Pan blanco Kcal. 493 h.c. 67,8 lip. 15,7 p. 19,7	11 Judías verdes rehogadas con patatas Lomo fresco a la plancha Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral Kcal. 401 h.c. 31,1 lip. 19,9 p. 24,0
14 Puré de verdura Merluza Ensalada de lechuga Manzana Pan blanco Kcal. 439 h.c. 46,3 lip. 18,3 p. 22,7	15 Macarrones con tomate Magro con verduras Fruta de temporada Pan integral Kcal. 514 h.c. 85,7 lip. 9,7 p. 19,0	16 Ensalada primaveral (lechuga, patata, tomate, maíz y zanahoria) Patatas guisadas con verduras Pera Pan blanco Kcal. 426 h.c. 40,2 lip. 17,6 p. 27,2	17 Paella de verdura Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Yogur natural Pan blanco Kcal. 566 h.c. 60,5 lip. 27,7 p. 19,4	18 Garbanzos estofados con curry Abadejo rebozado Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Plátano Pan integral Kcal. 555 h.c. 66,9 lip. 18,3 p. 29,9
21 Brócoli rehogado Tortilla francesa Patatas fritas Manzana Pan blanco Kcal. 415 h.c. 43,3 lip. 21,2 p. 12,6	22 Sopa de cocido Cocido completo Fruta de temporada Pan integral Kcal. 448 h.c. 56,3 lip. 15,9 p. 18,9	23 Arroz con tomate Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pera Pan blanco Kcal. 443 h.c. 65,1 lip. 11,7 p. 20,9	24 Lentejas estofadas con verduras Merluza al horno Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Plátano Pan blanco Kcal. 477 h.c. 63,8 lip. 13,7 p. 24,1	25 Patatas guisadas con verduras Magro a la cordobesa Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral Kcal. 388 h.c. 41,0 lip. 17,6 p. 16,4
28 Crema de calabacín Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Manzana Pan blanco Kcal. 403 h.c. 42,4 lip. 19,0 p. 18,1	29 Sopa de fideos Pollo guisado Patatas provenzales Fruta de temporada Pan integral Kcal. 519 h.c. 45,7 lip. 23,0 p. 32,9	30 Guisantes rehogados Lacón al horno Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria Pera Pan blanco Kcal. 412 h.c. 42,9 lip. 17,0 p. 20,5		