

CrEa tu Rutina Saludable En Familia

AENOR

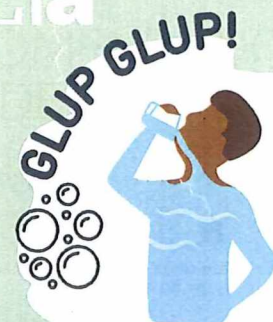
PROTOCOLO
FRENTE AL COVID-19
SERUNION



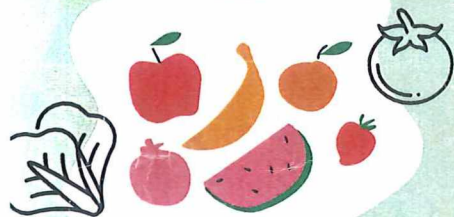
INTENTA DORMIR LO SUFICIENTE CADA NOCHE



MEJORA TU RITMO Y BAILA TU MÚSICA FAVORITA



RECUERDA QUE LA HIDRATACIÓN ES IMPORTANTE.



SIGUE CON UNA DIETA SANA



CAMINA O VE EN BICICLETA SIEMPRE QUE TENGAS LA OPORTUNIDAD



SIEMPRE QUE PUEDAS, SUBE POR LAS ESCALERAS



HAZ ESTIRAMIENTOS DIARIOS Y MEJORA TU FLEXIBILIDAD



APROVECHA LAS FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA



PRACTICA DEPORTE TODOS LOS DÍAS

Nos mueve la ilusión de alimentar y educar a miles de niños y niñas en hábitos de alimentación saludable

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole he comido como primero...



verdura



pasta/arroz



legumbres

Para cenar puedo comer como primero...



pasta/arroz



verdura



verdura



pasta/arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole he comido como segundo...



huevo



pescado



legumbres

Para cenar puedo comer como segundo...



carne



huevo



verdura



pescado



carne



huevo

POSTRE



fruta



lácteo



SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

damosrespuesta@damosrespuesta.com

Entidades colaboradoras:



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	1 Patatas marinera (caldo natural) Pollo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan integral y agua	2 Paella de verduritas Merluza a la roteña Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua	3 Lentejas ecologicas con verduras Tortilla francesa Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua	4 Pure de verduras Guiso de magro a la riojana con patatas dado Yogur de soja, pan y agua
7 Macarrones con boloñesa Filete de pescadilla horno con zanahoria baby Fruta fresca, pan y agua	8 Judías verdes con ajillo Pollo asado en salsa de pasas con patata panadera Fruta fresca, pan integral y agua	9 Sopa de cocido con fideos ecologicos Cocido sin embutido Fruta fresca, pan y agua	10 Arroz c/verduras Bacalao al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua	11 Alubias estofadas Revuelto de pavo Ens de lechuga y zanahoria Yogur de soja, pan y agua
14 Fideua de verdura y pollo Lomo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan y agua	15 Lentejas guisadas con verdura Tortilla de patata Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua	16 Sopa de ave con fideos Ragout de pavo con guisantes Fruta fresca, pan y agua	17 Arroz ecologico de tomate Abadejo al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua	18 Crema de calabacín y zanahoria Dados ternera en salsa de pimientos y patata Yogur de soja, pan y agua
21 Espaguetis salteados Merluza al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua	22 Judías pintas con verdura Huevos cocidos con pisto Fruta fresca, pan integral y agua	23 Arroz a banda (caldo natural) Jamoncitos de pollo al horno con hierbas provenzales Fruta fresca, pan y agua	24 Sopa de cocido con fideos ecologicos Cocido sin embutido Fruta fresca, pan integral y agua	25 NO LECTIVO
28 NO LECTIVO		" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	1 Patatas marinera (caldo natural) Pollo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan integral y agua	2 Paella de verduritas Merluza a la roteña Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua	3 Crema de zanahoria Tortilla francesa Ens de lechuga Fruta fresca, pan integral y agua	4 Pure de verduras Guiso de magro a la riojana con patatas dado Yogur de soja, pan y agua
7 Macarrones con boloñesa Filete de pescadilla horno con zanahoria baby Fruta fresca, pan y agua	8 Judías verdes con ajillo Pollo asado en salsa de pasas con patata panadera Fruta fresca, pan integral y agua	9 Sopa de cocido con fideos ecologicos Cocido sin embutido Fruta fresca, pan y agua	10 Arroz c/verduras Bacalao al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua	11 Alubias estofadas Revuelto de pavo Ens de lechuga y zanahoria Yogur de soja, pan y agua
14 Fideua de verdura y pollo Lomo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan y agua	15 Puré de verduras Tortilla de patata Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua	16 Sopa de ave con fideos Ragout de pavo con guisantes Fruta fresca, pan y agua	17 Arroz ecologico de tomate Abadejo al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua	18 Crema de calabacín y zanahoria Dados ternera en salsa de pimientos y patata Yogur de soja, pan y agua
21 Espaguetis salteados Merluza al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua	22 Judias pintas con verdura Huevos cocidos con pisto Fruta fresca, pan integral y agua	23 Arroz a banda (caldo natural) Jamoncitos de pollo al horno con hierbas provenzales Fruta fresca, pan y agua	24 Sopa de cocido con fideos ecologicos Cocido sin embutido Fruta fresca, pan integral y agua	25 NO LECTIVO
28 NO LECTIVO		" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	1 Patatas marinera (caldo natural) Pollo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan integral y agua	2 Paella de verduritas Merluza a la roteña Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua	3 Lentejas ecologicas con verduras Tortilla francesa Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua	4 Pure de verduras Guiso de magro a la riojana con patatas dado Yogur de soja , pan y agua yogur 100% vegetal
7 Macarrones con boloñesa Filete de pescadilla horno con zanahoria baby Fruta fresca, pan y agua	8 Judías verdes con ajillo Pollo asado en salsa de pasas con patata panadera Fruta fresca, pan integral y agua	9 Sopa de cocido con fideos ecologicos Cocido sin embutido Fruta fresca, pan y agua	10 Arroz c/verduras Bacalao al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua	11 Alubias estofadas Revuelto de pavo Ens de lechuga y zanahoria Yogur de soja , pan y agua yogur 100% vegetal
14 Fideua de verdura y pollo Lomo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan y agua	15 Lentejas guisadas con verdura Tortilla de patata Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua	16 Sopa de ave con fideos Ragout de pavo con guisantes Fruta fresca, pan y agua	17 Arroz ecologico de tomate Abadejo al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua	18 Crema de calabacín y zanahoria Dados ternera en salsa de pimientos y patata Yogur de soja , pan y agua yogur 100% vegetal
21 Espaguetis salteados Merluza al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua	22 Judías pintas con verdura Huevos cocidos con pisto Fruta fresca, pan integral y agua	23 Arroz a banda (caldo natural) Jamoncitos de pollo al horno con hierbas provenzales Fruta fresca, pan y agua	24 Sopa de cocido con fideos ecologicos Cocido sin embutido Fruta fresca, pan integral y agua	25 NO LECTIVO
28 NO LECTIVO		" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	1 Patatas a la marinera Escalope de pollo empanado Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan integral y agua	2 Paella de verduritas Merluza a la roteña Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua	3 Lentejas ecologicas con verduras Tortilla de queso Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua	4 Pure de verduras Guiso de magro a la riojana con patatas dado Yogur , pan y agua
7 Macarrones con boloñesa Filete de pescadilla con zanahoria baby Fruta fresca, pan y agua	8 Judías verdes con ajillo Pollo asado en salsa de pasas con patata panadera Fruta fresca, pan integral y agua	9 Sopa de cocido con fideos ecologicos Cocido completo Fruta fresca, pan y agua	10 Arroz a la milanese Taquitos de bacalao rebozado Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua	11 Crema de verduras Revuelto de pavo Ens de lechuga y zanahoria Yogur , pan y agua
14 Fideua de verdura y pollo Flamenquines Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan y agua	15 Lentejas guisadas con verdura Tortilla de patata Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua	16 Sopa de ave con fideos Ragout de pavo con guisantes Fruta fresca, pan y agua	17 Arroz ecologico de tomate Abadejo al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua	18 Crema de calabacín y zanahoria Dados ternera en salsa de pimientos y patata Yogur , pan y agua
21 Espaguetis carbonara Merluza al gratén Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua	22 Puré de verduras Huevos cocidos con pisto Fruta fresca, pan integral y agua	23 Arroz a banda Jamoncitos de pollo al horno con hierbas provenzales Fruta fresca, pan y agua	24 Sopa de cocido con fideos ecologicos Cocido completo Fruta fresca, pan integral y agua	25 NO LECTIVO
28 NO LECTIVO		" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	1 Patatas a la marinera Escalope de pollo empanado Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan integral y agua	2 Paella de verduritas Merluza al horno Ens de lechuga Fruta fresca, pan y agua	3 Lentejas ecologicas con verduras Tortilla de queso Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua	4 Pure de verduras Guiso de magro con patatas dado Yogur , pan y agua
7 Macarrones boloñesa sin tomate Filete de pescadilla con zanahoria baby Fruta fresca, pan y agua	8 Judías verdes con ajillo Pollo asado en salsa de pasas con patata panadera Fruta fresca, pan integral y agua	9 Sopa de cocido con fideos ecologicos Cocido completo Fruta fresca, pan y agua	10 Arroz a la milanese Taquitos de bacalao rebozado Ens de lechuga Fruta fresca, pan integral y agua	11 Alubias estofadas Revuelto de pavo Ens de lechuga y zanahoria Yogur , pan y agua
14 Fideua de verdura y pollo Flamenquines Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan y agua	15 Lentejas guisadas con verdura Tortilla de patata Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua	16 Sopa de ave con fideos Ragout de pavo con guisantes Fruta fresca, pan y agua	17 Arroz ecologico c/verduras Abadejo al horno Ens de lechuga Fruta fresca, pan integral y agua	18 Crema de calabacín y zanahoria Dados ternera en salsa de pimientos y patata Yogur , pan y agua
21 Espaguetis carbonara Merluza al gratén Ens de lechuga Fruta fresca, pan y agua	22 Judías pintas con verdura Huevos cocidos con ensalada Fruta fresca, pan integral y agua	23 Arroz a banda Jamoncitos de pollo al horno con hierbas provenzales Fruta fresca, pan y agua	24 Sopa de cocido con fideos ecologicos Cocido completo Fruta fresca, pan integral y agua	25 NO LECTIVO
28 NO LECTIVO		" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	1 Patatas a la marinera Pollo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	2 Paella de verduras Merluza a la roteña Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	3 Crema de zanahoria Tortilla de queso Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	4 Pure de verduras Guiso de magro a la riojana con patatas dado Yogur, pan y agua *pan sin gluten
7 Pasta sin gluten boloñesa Filete de pescadilla horno con zanahoria baby Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	8 Judías verdes con ajillo Pollo asado en salsa de pasas con patata panadera Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	9 Sopa de fideos sin gluten ecologicos Cocido sin embutido Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	10 Arroz a la milanesa Bacalao al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	11 Alubias estofadas Revuelto de pavo Ens de lechuga y zanahoria Yogur, pan y agua *pan sin gluten
14 Pasta sin gluten c/verdura y pollo Lomo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	15 Puré de verduras Tortilla de patata Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	16 Sopa de fideos sin gluten Ragout de pavo con guisantes Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	17 Arroz ecologico de tomate Abadejo al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	18 Crema de calabacín y zanahoria Dados ternera en salsa de pimientos y patata Yogur, pan y agua *pan sin gluten
21 Pasta sin gluten salteada Merluza al gratén Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	22 Judías pintas con verdura Huevos cocidos con pisto Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	23 Arroz a banda Jamoncitos de pollo al horno con hierbas provenzales Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	24 Sopa de fideos sin gluten ecologicos Cocido sin embutido Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	25 NO LECTIVO
28 NO LECTIVO		" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	1 Patatas a la marinera(caldo natural) Pollo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	2 Paella de verduras Merluza a la roteña Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	3 Crema de zanahoria Tortilla francesa Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	4 Pure de verduras Guiso de magro a la riojana con patatas dado Fruta, pan y agua *pan sin gluten
7 Pasta sin gluten boloñesa Filete de pescadilla horno con zanahoria baby Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	8 Judías verdes con ajillo Pollo asado en salsa de pasas con patata panadera Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	9 Sopa de fideos sin gluten ecologicos Cocido sin embutido Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	10 Arroz a la milanese Bacalao al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	11 Alubias estofadas Revuelto de pavo Ens de lechuga y zanahoria Fruta, pan y agua *pan sin gluten
14 Pasta sin gluten c/verdura y pollo Lomo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	15 Puré de verduras Tortilla de patata Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	16 Sopa de fideos sin gluten Ragout de pavo con guisantes Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	17 Arroz ecologico de tomate Abadejo al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	18 Crema de calabacín y zanahoria Dados ternera en salsa de pimientos y patata Fruta, pan y agua *pan sin gluten
21 Pasta sin gluten salteada Merluza al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	22 Judias pintas con verdura Huevos cocidos con pisto Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	23 Arroz a banda(caldo natural) Jamoncitos de pollo al horno con hierbas provenzales Fruta fresca, pan y agua *pan sin gluten	24 Sopa de fideos sin gluten ecologicos Cocido sin embutido Fruta fresca, pan integral y agua *pan sin gluten	25 NO LECTIVO
28 NO LECTIVO		" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Patatas a la marinera
Escalope de pollo empanado
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua

Paella de verduritas
Merluza a la roteña
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua

Lentejas ecologicas con verduras
Tortilla de queso
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua

Pure de verduras
Bacalao al horno
con patatas dado
Yogur , pan y agua

Macarrones con boloñesa
Filete de pescadilla
con zanahoria baby
Fruta fresca, pan y agua

Judías verdes con ajillo
Pollo asado en salsa de pasas
con patata panadera
Fruta fresca, pan integral y agua

Sopa de verduras
ecologicos
Cocido sin cerdo
Fruta fresca, pan y agua

Arroz a la milanese
Taquitos de bacalao rebozado
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua

Alubias estofadas
Revuelto de pavo
Ens de lechuga y zanahoria
Yogur , pan y agua

Fideua de verdura y pollo
Merluza al horno
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan y agua

Lentejas guisadas con verdura
Tortilla de patata
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua

Sopa de verduras
Ragout de pavo
con guisantes
Fruta fresca, pan y agua

Arroz ecologico de tomate
Abadejo al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua

Crema de calabacín y zanahoria
Dados ternera en salsa de
pimientos y patata
Yogur , pan y agua

Espaguetis carbonara sin cerdo
Merluza al gratén
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua

Judías pintas con verdura
Huevos cocidos
con pisto
Fruta fresca, pan integral y agua

Arroz a banda
Jamoncitos de pollo al horno
con hierbas provenzales
Fruta fresca, pan y agua

Sopa de verduras
ecologicos
Cocido sin cerdo
Fruta fresca, pan integral y agua

NO LECTIVO

NO LECTIVO

" El valor nutricional está
referido al rango de edad
de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Patatas a la marinera
Tortilla de patata
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua

Paella de verduritas
Merluza a la roteña
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua

Lentejas ecologicas con verduras
Tortilla de queso
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua

Pure de verduras
Bacalao al horno
con patatas dado
Yogur, pan y agua

Macarrones con tomate
Filete de pescadilla
con zanahoria baby
Fruta fresca, pan y agua

Judías verdes con ajillo
Tortilla francesa
con patata panadera
Fruta fresca, pan integral y agua

Sopa de verduras
ecologicos
Cocido sin carne
Fruta fresca, pan y agua

Arroz a la milanese
Taquitos de bacalao rebozado
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua

Alubias estofadas
Revuelto con
Ens de lechuga y zanahoria
Yogur, pan y agua

Fideua de verdura
Merluza al horno
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan y agua

Lentejas guisadas con verdura
Tortilla de patata
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua

Sopa de verduras
Bacalao en salsa
con guisantes
Fruta fresca, pan y agua

Arroz ecologico de tomate
Abadejo al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua

Crema de calabacín y zanahoria
Dados ternera en salsa de
pimientos y patata
Yogur, pan y agua

Espaguetis carbonara sin carne
Merluza al gratén
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua

Judías pintas con verdura
Huevos cocidos
con pisto
Fruta fresca, pan integral y agua

Arroz a banda
Tortilla con
hierbas provenzales
Fruta fresca, pan y agua

Sopa de verduras
ecologicos
Cocido sin carne
Fruta fresca, pan integral y agua

NO LECTIVO

NO LECTIVO

" El valor nutricional está
referido al rango de edad
de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	1 Patatas a la marinera Escalope de pollo empanado Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan integral y agua	2 Paella de verduritas Merluza a la roteña Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua	3 Crema de zanahoria Tortilla de queso Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua	4 Pure de verduras Guiso de magro a la riojana con patatas dado Yogur, pan y agua
7 Macarrones con boloñesa Filete de pescadilla con zanahoria baby Fruta fresca, pan y agua	8 Crema de verduras Pollo asado en salsa de pasas con patata panadera Fruta fresca, pan integral y agua	9 Sopa de fideos ecologicos Cocido sin garbanzos Fruta fresca, pan y agua	10 Arroz a la milanesa Taquitos de bacalao rebozado Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua	11 Puré de puerros Revuelto de pavo Ens de lechuga y zanahoria Yogur, pan y agua
14 Fideua de verdura y pollo Flamenquines Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan y agua	15 Puré de verduras Tortilla de patata Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua	16 Sopa de ave con fideos Ragout de pavo con ensalada Fruta fresca, pan y agua	17 Arroz ecologico de tomate Abadejo al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua	18 Crema de calabacín y zanahoria Dados ternera en salsa de pimientos y patata Yogur, pan y agua
21 Espaguetis carbonara Merluza al gratén Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua	22 Puré de verduras Huevos cocidos con pisto Fruta fresca, pan integral y agua	23 Arroz a banda Jamoncitos de pollo al horno con hierbas provenzales Fruta fresca, pan y agua	24 Sopa de fideos ecologicos Cocido sin garbanzos Fruta fresca, pan integral y agua	25 NO LECTIVO
28 NO LECTIVO		" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	1 Triturado de patata, pollo y verduras Triturado de fruta	2 Triturado de merluza, patata y verdura Triturado de fruta	3 Triturado de lentejas, huevo y verdura Triturado de fruta	4 Triturado de verduras magro y patata Yogur
7 Triturado de verduras, pescado y patata Triturado de fruta	8 Triturado de judías, pollo y patata Triturado de fruta	9 Triturado de garbanzos, carne y patata Triturado de fruta	10 Triturado de verduras, bacalao y patata Triturado de fruta	11 Triturado de alubias, pavo y huevo Yogur
14 Triturado de verdura, pollo y zanahoria Triturado de fruta	15 Triturado de lentejas, patata y huevo Triturado de fruta	16 Triturado de verduras, pavo y guisantes Triturado de fruta	17 Triturado de verduras, pescado y patata Triturado de fruta	18 Triturado calabacín, zanahoria y carne Yogur
21 Triturado de verduras, patata y merluza Triturado de fruta	22 Triturado de judías, verdura y huevo Triturado de fruta	23 Triturado de verduras, patata y pollo Triturado de fruta	24 Triturado de garbanzos, carne y patata Triturado de fruta	25 NO LECTIVO
28 NO LECTIVO		" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	1 Triturado de patata, pollo y verduras Triturado de fruta	2 Triturado de merluza, patata y verdura Triturado de fruta	3 Triturado de lentejas, huevo y verdura Triturado de fruta	4 Triturado de verduras magro y patata Yogur
7 Triturado de verduras, pescado y patata Triturado de fruta	8 Triturado de verduras, pollo y patata Triturado de fruta	9 Triturado de garbanzos, carne y patata Triturado de fruta	10 Triturado de verduras, bacalao y patata Triturado de fruta	11 Triturado de verduras pavo y huevo Yogur
14 Triturado de verdura, pollo y zanahoria Triturado de fruta	15 Triturado de lentejas, patata y huevo Triturado de fruta	16 Triturado de verduras, pavo y guisantes Triturado de fruta	17 Triturado de verduras, pescado y patata Triturado de fruta	18 Triturado calabacín, zanahoria y carne Yogur
21 Triturado de verduras, patata y merluza Triturado de fruta	22 Triturado de patata, verdura y huevo Triturado de fruta	23 Triturado de verduras, patata y pollo Triturado de fruta	24 Triturado de garbanzos, carne y patata Triturado de fruta	25 NO LECTIVO
28 NO LECTIVO		" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	1 Brócoli al horno Pollo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan integral y agua *excepto kiwi verde	2 Acelgas salteadas Merluza a la roteña Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua *excepto kiwi verde	3 Crema de zanahoria Tortilla francesa Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua *excepto kiwi verde	4 Pure de verduras Guiso de magro a la riojana con ensalada Fruta fresca, pan integral y agua *excepto kiwi verde
7 Macarrones con boloñesa Filete de pescadilla con zanahoria baby Fruta fresca, pan y agua *excepto kiwi verde	8 Crema de verduras Pollo asado en salsa de pasas con ensalada Fruta fresca, pan integral y agua *excepto kiwi verde	9 Sopa de fideos ecologicos Morcillo con zanahoria Fruta fresca, pan y agua *excepto kiwi verde	10 Coliflor rehogada Bacalao al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua *excepto kiwi verde	11 Puré de puerros Revuelto de pavo Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua *excepto kiwi verde
14 Fideua de verdura y pollo Lomo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca, pan y agua *excepto kiwi verde	15 Puré de verduras Tortilla francesa Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua *excepto kiwi verde	16 Sopa de ave con fideos Ragout de pavo con ensalada Fruta fresca, pan y agua *excepto kiwi verde	17 Acelgas con tomate Abadejo al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan integral y agua *excepto kiwi verde	18 Crema de calabacín y zanahoria Dados ternera en salsa de pimientos Fruta fresca, pan integral y agua *excepto kiwi verde
21 Espaguetis salteados Merluza al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca, pan y agua *excepto kiwi verde	22 Puré de verduras Huevos cocidos con ensalada Fruta fresca, pan integral y agua *excepto kiwi verde	23 Coliflor rehogada Jamoncitos de pollo al horno con hierbas provenzales Fruta fresca, pan y agua *excepto kiwi verde	24 Sopa de fideos ecologicos Morcillo con zanahoria Fruta fresca, pan integral y agua *excepto kiwi verde	25 NO LECTIVO
28 NO LECTIVO		" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

	Brócoli al horno Pollo a la plancha Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca y agua	Acelgas salteadas Merluza a la roteña Ens de lechuga y tomate Fruta fresca y agua	Crema de zanahoria Tortilla francesa Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca y agua	Pure de verduras Bacalao al horno con ensalada Fruta fresca y agua
Macarrones con boloñesa Filete de pescadilla con zanahoria baby Fruta fresca y agua	Crema de verduras Pollo asado en salsa de pasas con ensalada Fruta fresca y agua	Sopa de verduras ecologicos Morcillo con zanahoria Fruta fresca y agua	Coliflor rehogada Bacalao al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca y agua	Puré de puerros Revuelto de pavo Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca y agua
Fideua de verdura y pollo Merluza al horno Ens de lechuga y remolacha Fruta fresca y agua	Puré de verduras Tortilla francesa Ens de lechuga y zanahoria Fruta fresca y agua	Sopa de ave con fideos Ragout de pavo con ensalada Fruta fresca y agua	Acelgas con tomate Abadejo al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca y agua	Crema de calabacín y zanahoria Dados ternera en salsa de pimientos Fruta fresca y agua
Espaguetis salteados Merluza al horno Ens de lechuga y tomate Fruta fresca y agua	Puré de verduras Huevos cocidos con ensalada Fruta fresca y agua	Coliflor rehogada Jamoncitos de pollo al horno con hierbas provenzales Fruta fresca y agua	Sopa de verduras ecologicos Morcillo con zanahoria Fruta fresca y agua	NO LECTIVO
NO LECTIVO		" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "		

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Patatas marinera(caldo natural)
Pollo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua

1

Paella de verduritas
Merluza a la roteña
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua

2

Lentejas ecologicas con verduras
Ternera en salsa
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua

3

Pure de verduras
Guiso de magro a la riojana
con patatas dado
Yogur , pan y agua

4

Macarrones sin huevo boloñesa
Filete de pescadilla horno
con zanahoria baby
Fruta fresca, pan y agua

7

Judías verdes con ajillo
Pollo asado en salsa de pasas
con patata panadera
Fruta fresca, pan integral y agua

8

Sopa de fideos sin huevo
ecologicos
Cocido sin embutido
Fruta fresca, pan y agua

9

Arroz a la milanese
Bacalao al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua

10

Alubias estofadas
Pavo a la plancha
Ens de lechuga y zanahoria
Yogur , pan y agua

11

Pasta sin huevo c/verdura pollo
Lomo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan y agua

14

Lentejas guisadas con verdura
Pollo al horno
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua

15

Sopa de fideos sin huevo
Ragout de pavo
con guisantes
Fruta fresca, pan y agua

16

Arroz ecologico de tomate
Abadejo al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua

17

Crema de calabacín y zanahoria
Dados ternera en salsa de
pimientos y patata
Yogur , pan y agua

18

Espaguetis sin huevo salteados
Merluza al gratén
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua

21

Judías pintas con verdura
Ternera al horno
con pisto
Fruta fresca, pan integral y agua

22

Arroz a banda
Jamonicos de pollo al horno
con hierbas provenzales
Fruta fresca, pan y agua

23

Sopa de fideos sin huevo
ecologicos
Cocido sin embutido
Fruta fresca, pan integral y agua

24

NO LECTIVO

25

NO LECTIVO

" El valor nutricional está
referido al rango de edad
de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Brócoli al horno
Pollo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua

Acelgas salteadas
Merluza a la roteña
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Crema de zanahoria
Tortilla francesa
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Pure de verduras
Bacalao al horno
con ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

Acelgas con tomate
Filete de pescadilla horno
con ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

Crema de verduras
Pollo asado con
ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

Repollo rehogado
Ternera a la plancha con
ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

Coliflor rehogada
Bacalao al horno
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Puré de puerros
Revuelto de pavo
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Brócoli con pollo
Merluza al horno
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua

Puré de verduras
Tortilla francesa con
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Sopa de verduras
Ragout de pavo
con ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

Acelgas con tomate
Abadejo al horno
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Crema de calabacín y zanahoria
Dados ternera en salsa de
pimientos
Fruta fresca, pan integral y agua

Brócoli salteado
Merluza al horno
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Puré de verduras
Huevos cocidos
con ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

Coliflor rehogada
Jamoncitos de pollo al horno
con hierbas provenzales
Fruta fresca, pan integral y agua

Repollo rehogado
Ternera a la plancha con
ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

NO LECTIVO

NO LECTIVO

" El valor nutricional está
referido al rango de edad
de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

Patatas c/verduras
Pollo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua

2

Paella de verduritas
Merluza a la roteña
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua

3

Lentejas ecologicas con verduras
Tortilla de queso
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua

4

Pure de verduras
Guiso de magro a la riojana
con ensalada
Yogur desnatado, pan y agua

7

Macarrones con boloñesa
Filete de pescadilla horno
con zanahoria baby
Fruta fresca, pan y agua

8

Judías verdes con ajillo
Pollo asado en salsa de pasas
con patata panadera
Fruta fresca, pan integral y agua

9

Sopa de cocido con fideos
ecologicos
Cocido sin embutido
Fruta fresca, pan y agua

10

Arroz con verduras
Bacalao al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua

11

Alubias estofadas
Revuelto de pavo
Ens de lechuga y zanahoria
Yogur desnatado, pan y agua

14

Fideua de verdura y pollo
Lomo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan y agua

15

Lentejas guisadas con verdura
Tortilla de patata
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua

16

Sopa de ave con fideos
Ragout de pavo
con guisantes
Fruta fresca, pan y agua

17

Arroz ecologico de tomate
Abadejo al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua

18

Crema de calabacín y zanahoria
Dados ternera en salsa de
pimientos y patata
Yogur desnatado, pan y agua

21

Espaguetis salteados
Merluza al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua

22

Judías pintas con verdura
Huevos cocidos
con pisto
Fruta fresca, pan integral y agua

23

Arroz c/verduras
Jamoncitos de pollo al horno
con hierbas provenzales
Fruta fresca, pan y agua

24

Sopa de cocido con fideos
ecologicos
Cocido sin embutido
Fruta fresca, pan integral y agua

25

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

" El valor nutricional está
referido al rango de edad
de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Patatas c/verduras
Pollo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua

Paella de verduritas
Merluza a la roteña
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua

Lentejas ecologicas con verduras
Tortilla de queso
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua

Pure de verduras
Bacalao al horno
con ensalada
Yogur desnatado, pan y agua

Macarrones con boloñesa
Filete de pescadilla horno
con zanahoria baby
Fruta fresca, pan y agua

Judías verdes con ajillo
Pollo asado en salsa de pasas
con patata panadera
Fruta fresca, pan integral y agua

Sopa de verduras
ecologicas
Cocido sin embutido
Fruta fresca, pan y agua

Arroz con verduras
Bacalao al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua

Alubias estofadas
Revuelto de pavo
Ens de lechuga y zanahoria
Yogur desnatado, pan y agua

Fideua de verdura y pollo
Merluza al horno
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan y agua

Lentejas guisadas con verdura
Tortilla de patata
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua

Sopa de ave con fideos
Ragout de pavo
con guisantes
Fruta fresca, pan y agua

Arroz ecologico de tomate
Abadejo al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua

Crema de calabacín y zanahoria
Dados ternera en salsa de
pimientos y patata
Yogur desnatado, pan y agua

Espaguetis salteados
Merluza al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua

Judías pintas con verdura
Huevos cocidos
con pisto
Fruta fresca, pan integral y agua

Arroz c/verduras
Jamoncitos de pollo al horno
con hierbas provenzales
Fruta fresca, pan y agua

Sopa de verduras
ecologicas
Cocido sin embutido
Fruta fresca, pan integral y agua

NO LECTIVO

NO LECTIVO

" El valor nutricional está
referido al rango de edad
de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Patatas c/verduras
Pollo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua

Paella de verduritas
Merluza a la roteña
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua

Lentejas ecologicas con verduras
Tortilla de queso
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua

Pure de verduras
Guiso de magro a la riojana
con ensalada
Yogur desnatado , pan y agua

Macarrones con boloñesa
Filete de pescadilla horno
con zanahoria baby
Fruta fresca, pan y agua

Judías verdes con ajillo
Pollo asado en salsa de pasas
con patata panadera
Fruta fresca, pan integral y agua

Sopa de cocido con fideos
ecologicos
Cocido sin embutido
Fruta fresca, pan y agua

Arroz con verduras
Bacalao al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua

Alubias estofadas
Revuelto de pavo
Ens de lechuga y zanahoria
Yogur desnatado , pan y agua

Fideua de verdura y pollo
Lomo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan y agua

Lentejas guisadas con verdura
Tortilla de patata
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua

Sopa de ave con fideos
Ragout de pavo
con guisantes
Fruta fresca, pan y agua

Arroz ecologico de tomate
Abadejo al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua

Crema de calabacín y zanahoria
Dados ternera en salsa de
pimientos y patata
Yogur desnatado , pan y agua

Espaguetis salteados
Merluza al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua

Judías pintas con verdura
Huevos cocidos
con pisto
Fruta fresca, pan integral y agua

Arroz c/verduras
Jamoncitos de pollo al horno
con hierbas provenzales
Fruta fresca, pan y agua

Sopa de cocido con fideos
ecologicos
Cocido sin embutido
Fruta fresca, pan integral y agua

NO LECTIVO

NO LECTIVO

" El valor nutricional está
referido al rango de edad
de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Patatas c/verduras
Pollo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua
*pan sin gluten

Paella de verduras
Merluza a la roteña
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua
*pan sin gluten

Crema de zanahoria
Tortilla de queso
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua
*pan sin gluten

Pure de verduras
Guiso de magro a la riojana
con ensalada
Yogur desnatado, pan y agua
*pan sin gluten

Macarrones sin gluten con boloñesa
Filete de pescadilla horno
con zanahoria baby
Fruta fresca, pan y agua
*pan sin gluten

Judías verdes con ajillo
Pollo asado en salsa de pasas
con patata panadera
Fruta fresca, pan integral y agua
*pan sin gluten

Sopa de fideos sin gluten
ecologicos
Cocido sin embutido
Fruta fresca, pan y agua
*pan sin gluten

Arroz con verduras
Bacalao al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua
*pan sin gluten

Alubias estofadas
Revuelto de pavo
Ens de lechuga y zanahoria
Yogur desnatado, pan y agua
*pan sin gluten

Pasta sin gluten c/verdura pollo
Lomo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan y agua
*pan sin gluten

Puré de verduras
Tortilla de patata
Ens de lechuga y zanahoria
Fruta fresca, pan integral y agua
*pan sin gluten

Sopa de fideos sin gluten
Ragout de pavo
con guisantes
Fruta fresca, pan y agua
*pan sin gluten

Arroz ecologico de tomate
Abadejo al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan integral y agua
*pan sin gluten

Crema de calabacín y zanahoria
Dados ternera en salsa de
pimientos y patata
Yogur desnatado, pan y agua
*pan sin gluten

Espaguetis sin gluten salteados
Merluza al horno
Ens de lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua
*pan sin gluten

Judías pintas con verdura
Huevos cocidos
con pisto
Fruta fresca, pan integral y agua
*pan sin gluten

Arroz c/verduras
Jamoncitos de pollo al horno
con hierbas provenzales
Fruta fresca, pan y agua
*pan sin gluten

Sopa de fideos sin gluten
ecologicos
Cocido sin embutido
Fruta fresca, pan integral y agua
*pan sin gluten

NO LECTIVO

NO LECTIVO

" El valor nutricional está
referido al rango de edad
de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Brócoli al horno
Pollo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua

Acelgas salteadas
Merluza a la roteña
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Crema de zanahoria
Tortilla francesa
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Pure de verduras
Guiso de magro a la riojana
con ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

Acelgas con tomate
Filete de pescadilla horno
con ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

Crema de verduras
Pollo asado con
ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

Repollo rehogado
Ternera a la plancha con
ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

Coliflor rehogada
Bacalao al horno
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Puré de puerros
Revuelto de pavo
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Brócoli con pollo
Lomo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua

Puré de verduras
Tortilla francesa con
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Sopa de verduras
Ragout de pavo
con ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

Acelgas con tomate
Abadejo al horno
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Crema de calabacín y zanahoria
Dados ternera en salsa de
pimientos
Fruta fresca, pan integral y agua

Brócoli salteado
Merluza al horno
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

Puré de verduras
Huevos cocidos
con ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

Coliflor rehogada
Jamoncitos de pollo al horno
con hierbas provenzales
Fruta fresca, pan integral y agua

Repollo rehogado
Ternera a la plancha con
ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

NO LECTIVO

NO LECTIVO

" El valor nutricional está
referido al rango de edad
de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Brócoli al horno
Pollo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua

1

Acelgas salteadas
Merluza a la roteña
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

2

Crema de zanahoria
Tortilla francesa
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

3

Pure de verduras
Guiso de magro a la riojana
con ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

4

Acelgas con tomate
Filete de pescadilla horno
con ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

7

Crema de verduras
Pollo asado con
ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

8

Repollo rehogado
Ternera a la plancha con
ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

9

Coliflor rehogada
Bacalao al horno
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

10

Puré de puerros
Revuelto de pavo
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

11

Brócoli con pollo
Lomo a la plancha
Ens de lechuga y remolacha
Fruta fresca, pan integral y agua

14

Puré de verduras
Tortilla francesa con
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

15

Sopa de verduras
Ragout de pavo
con ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

16

Acelgas con tomate
Abadejo al horno
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

17

Crema de calabacín y zanahoria
Dados ternera en salsa de
pimientos
Fruta fresca, pan integral y agua

18

Brócoli salteado
Merluza al horno
Ens de lechuga
Fruta fresca, pan integral y agua

21

Puré de verduras
Huevos cocidos
con ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

22

Coliflor rehogada
Jamoncitos de pollo al horno
con hierbas provenzales
Fruta fresca, pan integral y agua

23

Repollo rehogado
Ternera a la plancha con
ensalada
Fruta fresca, pan integral y agua

24

NO LECTIVO

25

NO LECTIVO

" El valor nutricional está
referido al rango de edad
de 6 a 9 años "

28