

CrEa tu Rutina Saludable En Familia

AENOR
PROTOCOLO
FRENTE AL COVID-19
SERUNION



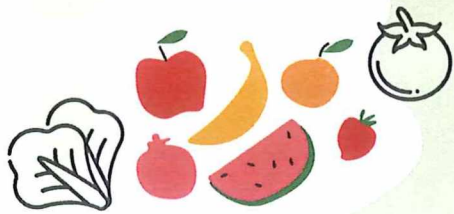
**INTENTA DORMIR LO
SUFICIENTE CADA NOCHE**



**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...



Para cenar puedo comer
como primero...



SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole he comido
como segundo...



Para cenar puedo
comer como segundo...



POSTRE



**SERVICIO DE ATENCIÓN
NUTRICIONAL PARA FAMILIAS**

damosrespuesta@damosrespuesta.com

Entidades colaboradoras:



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 1 Patatas a la Riojana Revuelto con Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco	 2 Alubias pintas estofadas Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca/Pan integral	 3 Arroz ecologico con tomate Pollo asado en su jugo con patata Yogur de soja/pan blanco
 6 Paella mixta con arroz ecológico Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco	 7 Sopa de estrellitas Albóndigas con tomate casero y (burger meat) patata dado Postre especial sin lactosa/Pan	 8 Garbanzos con verduras Filete de pescadilla al horno Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco	 9 Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo en pepitoria ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral	 10 Ensalada de lacitos sin lácteos Merluza al horno con ensalada Yogur de soja/pan blanco
 13 Arroz ecologico con verduras Cinta de lomo adobado al horno Puré de patata sin lácteos Fruta fresca/Pan blanco	 14 Lentejas ecológicas con verduras Huevos cocidos con tomate Postre especial sin lactosa/Pan	 15 Espirales con york Bacalao al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco	 16 Sopa de picadillo Ragout de ternera Patata frita Fruta fresca/Pan integral	 17 Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja/pan blanco
 20 Pure de verduras Magro con tomate patata dado Fruta fresca/Pan blanco	 21 Macarrones con tomate Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Postre especial sin lactosa/Pan	 22 Ensalada campera sin lácteos Pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco	 23 Lentejas ecologicas Tortilla de jamón york Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral	24 MENÚ FIN DE CURSO
27 VACACIONES	 28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 Patatas a la Riojana Revuelto con Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 1	 Alubias pintas estofadas Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca/Pan integral 2	 Arroz ecologico con tomate Pollo asado en su jugo con patata Yogur de soja/pan blanco 3
 Paella mixta con arroz ecológico Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco 6	Sopa de estrellitas Albóndigas con tomate casero y (burger meat) patata dado Postre especial sin lactosa/Pan 7	Garbanzos con verduras Filete de pescadilla al horno Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco 8	Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo en pepitoria ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral 9	Ensalada de lacitos sin lácteos Merluza al horno con ensalada Yogur de soja/pan blanco 10
 Arroz ecologico con verduras Cinta de lomo adobado al horno Puré de patata sin lácteos Fruta fresca/Pan blanco 13	Crema de verduras Huevos cocidos con tomate Postre especial sin lactosa/Pan 14	Espirales con york Bacalao al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 15	Sopa de picadillo Ragout de ternera Patata frita Fruta fresca/Pan integral 16	Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja/pan blanco 17
Pure de verduras Magro con tomate patata dado Fruta fresca/Pan blanco 20	Macarrones con tomate Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Postre especial sin lactosa/Pan 21	Ensalada campera sin lácteos Pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 22	 Puré de zanahoria Tortilla de jamón york Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral 23	MENÚ FIN DE CURSO 24
VACACIONES 27	 VACACIONES 28	VACACIONES 29	VACACIONES 30	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 1 Patatas a la Riojana Revuelto con Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco	 2 Alubias pintas estofadas Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca/Pan integral	 3 Arroz ecologico con tomate Pollo asado en su jugo con patata Yogur de soja/pan blanco
 6 Paella mixta con arroz ecológico Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco	7 Sopa de estrellitas Albóndigas con tomate casero y (burger meat) patata dado Postre especial sin lactosa/Pan	8 Garbanzos con verduras Filete de pescadilla al horno Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco	9 Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo en pepitoria ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral	10 Ensalada de lacitos sin lácteos Merluza al horno con ensalada Yogur de soja/pan blanco
 13 Arroz ecologico con verduras Cinta de lomo adobado al horno Puré de patata sin lácteos Fruta fresca/Pan blanco	14 Lentejas ecológicas con verduras Huevos cocidos con tomate Postre especial sin lactosa/Pan	15 Espirales con york Bacalao al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco	16 Sopa de picadillo Ragout de ternera Patata frita Fruta fresca/Pan integral	17 Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja/pan blanco
20 Pure de verduras Magro con tomate patata dado Fruta fresca/Pan blanco	21 Macarrones con tomate Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Postre especial sin lactosa/Pan	22 Ensalada campera sin lácteos Pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco	 23 Lentejas ecologicas Tortilla de jamón york Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral	24 MENÚ FIN DE CURSO
27 VACACIONES	 28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 1 Patatas a la Riojana Revuelto de queso Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco	 2 Crema de verduras Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca/Pan integral	 3 Arroz ecologico con tomate Pollo asado en su jugo con patata Yogur sabor/pan blanco
 6 Paella mixta con arroz ecológico Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco	 7 Sopa de estrellitas Albóndigas con tomate casero y (burger meat) patata dado Helado/Pan integral	 8 Garbanzos con verduras Filete de pescadilla la romana Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco	 9 Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo en pepitoria ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral	 10 Ensalada de lacitos Rabas a la romana con ensalada Yogur sabor/pan blanco
 13 Arroz ecologico tres delicias Cinta de lomo adobado al horno Puré de patata Fruta fresca/Pan blanco	 14 Lentejas ecológicas con verduras Huevos cocidos con tomate Helado/Pan integral	 15 Espirales con york Bacalao rebozado al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco	 16 Sopa de picadillo Ragout de ternera Patata frita Fruta fresca/Pan integral	 17 Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor/pan blanco
 20 Pure de verduras Magro con tomate patata dado Fruta fresca/Pan blanco	 21 Macarrones carbonara Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Helado/Pan integral	 22 Ensalada campera Fritura variada Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco	 23 Lentejas ecologicas con chorizo Tortilla de jamón york Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral	24 MENÚ FIN DE CURSO
27 VACACIONES	 28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 Patatas a la Riojana Revuelto de queso Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 1	 Alubias pintas estofadas Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan integral 2	 Arroz ecologico al horno Pollo asado en su jugo con patata Yogur sabor/pan blanco 3
 Paella mixta con arroz ecológico Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco 6	Sopa de estrellitas Albóndigas con (burger meat) patata dado Helado/Pan integral 7	Garbanzos con verduras Filete de pescadilla la romana Ensalada Fruta fresca/Pan blanco 8	Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral 9	Ensalada de lacitos sin tomate Rabas a la romana con ensalada Yogur sabor/pan blanco 10
 Arroz ecologico tres delicias Cinta de lomo adobado al horno Puré de patata Fruta fresca/Pan blanco 13	Lentejas ecológicas con verduras Huevos cocidos ensalada Helado/Pan integral 14	Espirales con york Bacalao rebozado al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 15	Sopa de picadillo Ragout de ternera Patata frita Fruta fresca/Pan integral 16	Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor/pan blanco 17
Pure de verduras Magro con patata dado Fruta fresca/Pan blanco 20	Macarrones carbonara Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Helado/Pan integral 21	Ensalada campera sin tomate Fritura variada Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 22	 Lentejas ecologicas con chorizo Tortilla de jamón york Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral 23	MENÚ FIN DE CURSO 24
VACACIONES 27	 VACACIONES 28	VACACIONES 29	VACACIONES 30	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 1 Patatas a la Riojana Revuelto de queso Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	 2 Alubias pintas estofadas Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca/Pan integral *pan sin gluten	 3 Arroz ecologico con tomate Pollo asado en su jugo con patata Yogur sabor/pan blanco *pan sin gluten
 6 Paella mixta con arroz ecológico Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	7 Sopa de fideos sin gluten Albóndigas con tomate casero y (burger meat) patata dado Helado (sin gluten)/Pan integral *pan sin gluten	8 Garbanzos con verduras Filete de pescadilla al horno Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	9 Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo en pepitoria ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral *pan sin gluten	10 Ensalada de pasta sin gluten Merluza al horno con ensalada Yogur sabor/pan blanco *pan sin gluten
 13 Arroz ecologico tres delicias Cinta de lomo adobado al horno Puré de patata Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	14 Crema de verduras Huevos cocidos con tomate Helado (sin gluten)/Pan integral *pan sin gluten	15 Espirales sin gluten con york Bacalao al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	16 Sopa de fideos sin gluten Ragout de ternera Patata frita Fruta fresca/Pan integral *pan sin gluten	17 Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor/pan blanco *pan sin gluten
20 Pure de verduras Magro con tomate patata dado Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	21 Macarrones sin gluten con tomate Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Helado (sin gluten)/Pan integral *pan sin gluten	22 Ensalada campera Pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	 23 Puré de zanahoria Tortilla de jamón york Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral *pan sin gluten	24 M E N U F I N D E C U R S O
27 VACACIONES	 28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 1 Patatas a la Riojana Revuelto con Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	 2 Alubias pintas estofadas Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca/Pan integral *pan sin gluten	 3 Arroz ecologico con tomate Pollo asado en su jugo con patata Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten
 6 Paella mixta con arroz ecológico Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	7 Sopa de fideos sin gluten Albóndigas con tomate casero y (burger meat) patata dado Postre sin gluten, lactosa/Pan integral *pan sin gluten	8 Garbanzos con verduras Filete de pescadilla al horno Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	9 Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo en pepitoria ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral *pan sin gluten	10 Ensalada de pasta sin gluten ni lácteos Merluza al horno con ensalada Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten
 13 Arroz ecologico con verduras Cinta de lomo adobado al horno Puré de patata sin lácteos Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	14 Crema de verduras Huevos cocidos con tomate Postre sin gluten, lactosa/Pan integral *pan sin gluten	15 Espirales sin gluten con york Bacalao al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	16 Sopa de fideos sin gluten Ragout de ternera Patata frita Fruta fresca/Pan integral *pan sin gluten	17 Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten
20 Pure de verduras Magro con tomate patata dado Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	21 Macarrones sin gluten con tomate Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Postre sin gluten, lactosa/Pan integral *pan sin gluten	22 Ensalada campera sin lácteos Pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco *pan sin gluten	 23 Puré de zanahoria Tortilla de jamón york Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral *pan sin gluten	24 MENÚ FIN DE CURSO
27 VACACIONES	 28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1 Crema de verduras Revuelto con Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan integral	2 Salteado de verduras Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan integral	3 Acelgas con tomate Pollo asado con ensalada Fruta fresca/Pan integral
6 Brócoli al horno Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan blanco	7 Coliflor salteada Ternera a la plancha con ensalada Fruta fresca/Pan integral	8 Puré de verduras Filete de pescadilla al horno ensalada Fruta fresca/Pan blanco	9 Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan integral	10 Crema de verduras Merluza al horno con ensalada Fruta fresca/Pan integral
13 Coliflor rehogada Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca/Pan blanco	14 Crema de verduras Huevos cocidos ensalada Fruta fresca/Pan integral	15 Acelgas con tomate Bacalao al horno Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan blanco	16 Puré de verduras Ternera con ensalada Fruta fresca/Pan integral	17 Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan integral
20 Pure de verduras Tortilla con ensalada Fruta fresca/Pan blanco	21 Brócoli al horno Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan integral	22 Coliflor salteada Pollo al horno Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan blanco	23 Puré de verduras Tortilla con Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral	24 MENÚ FIN DE CURSO
27 VACACIONES	28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 Patatas con verduras Revuelto de queso Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 1	 Alubias pintas estofadas Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral 2	 Arroz ecologico con tomate Pollo asado en su jugo con patata Yogur sabor/pan blanco 3
 Paella de verduras con arroz eco Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco 6	Sopa de verduras Ternera a la plancha con patata dado Helado/Pan integral 7	Garbanzos con verduras Filete de pescadilla la romana Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco 8	Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo en pepitoria ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral 9	Ensalada de lacitos sin cerdo Rabas a la romana con ensalada Yogur sabor/pan blanco 10
 Arroz ecologico con verduras Tortilla francesa con Puré de patata Fruta fresca/Pan blanco 13	Lentejas ecológicas con verduras Huevos cocidos con tomate Helado/Pan integral 14	Espirales salteadas Bacalao rebozado al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 15	Sopa de verduras Ragout de ternera Patata frita Fruta fresca/Pan integral 16	Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor/pan blanco 17
Pure de verduras Tortilla con patata dado Fruta fresca/Pan blanco 20	Macarrones con tomate Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Helado/Pan integral 21	Ensalada campera sin cerdo Fritura variada Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 22	 Lentejas ecologicas con verduras Tortilla con Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral 23	MENÚ FIN DE CURSO 24
VACACIONES 27	 VACACIONES 28	VACACIONES 29	VACACIONES 30	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 Patatas con verduras Revuelto de queso Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 1	 Alubias pintas estofadas Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca/Pan integral 2	 Arroz ecologico con tomate Tortilla con patata Yogur sabor/pan blanco 3
 Paella de verduras con arroz eco Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco 6	Sopa de verduras Judías verdes rehogadas con patata dado Helado/Pan integral 7	Garbanzos con verduras Filete de pescadilla la romana Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco 8	Coliflor al ajoarriero Tortilla con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral 9	Ensalada de lacitos sin carne Rabas a la romana con ensalada Yogur sabor/pan blanco 10
 Arroz ecologico con verduras Tortilla francesa con Puré de patata Fruta fresca/Pan blanco 13	Lentejas ecológicas con verduras Huevos cocidos con tomate Helado/Pan integral 14	Espirales salteadas Bacalao rebozado al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 15	Sopa de verduras Merluza al horno Patata frita Fruta fresca/Pan integral 16	Brócoli salteado con ajo y cebolla Tortilla de patata con Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor/pan blanco 17
Pure de verduras Tortilla con patata dado Fruta fresca/Pan blanco 20	Macarrones con tomate Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Helado/Pan integral 21	Ensalada campera sin carne Fritura variada (sin carne) Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 22	 Lentejas ecologicas con verduras Tortilla con Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral 23	M E N U F I N D E C U R S O 24
VACACIONES 27	 VACACIONES 28	VACACIONES 29	VACACIONES 30	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 Patatas a la Riojana Revuelto de queso Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 1	 Crema de verduras Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca/Pan integral 2	 Arroz ecologico con tomate Pollo asado en su jugo con patata Yogur sabor/pan blanco 3
 Paella mixta con arroz ecológico Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco 6	Sopa de estrellitas Albóndigas (sin soja) (burger meat) patata dado Helado (sin soja)/Pan integral 7	Crema de verduras Filete de pescadilla a la romana Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco 8	Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo en pepitoria ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral 9	Ensalada de lacitos Rabas a la romana (sin soja) con ensalada Yogur sabor/pan blanco 10
 Arroz ecologico con verduras Cinta de lomo adobado al horno Puré de patata Fruta fresca/Pan blanco 13	Crema de verduras Huevos cocidos con tomate Helado (sin soja)/Pan integral 14	Espirales con york Bacalao rebozado al ajillo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 15	Sopa de picadillo Ragout de ternera Patata frita Fruta fresca/Pan integral 16	Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor/pan blanco 17
Pure de verduras Magro con tomate patata dado Fruta fresca/Pan blanco 20	Macarrones carbonara Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Helado (sin soja)/Pan integral 21	Ensalada campera Fritura variada (sin soja) Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 22	 Puré de zanahoria Tortilla de jamón york Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral 23	M E N U F I N D E C U R S O 24
VACACIONES 27	 VACACIONES 28	VACACIONES 29	VACACIONES 30	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 Triturado de patata huevo zanahoria Triturado de fruta 1	 Triturado de alubias merluza patata Triturado de fruta 2	 Triturado de pollo patata zanahoria Yogur 3
 Triturado de huevo patata calabacín Triturado de fruta 6	Triturado de patata puerro carne Yogur 7	Triturado de verduras pescado garbanzos Triturado de fruta 8	Triturado de coliflor pollo patata Triturado de fruta 9	Triturado de patata zanahoria pescado Yogur 10
 Triturado de verduras carne patata Triturado de fruta 13	Triturado de patata, lentejas huevo Yogur 14	Triturado de patata bacalao zanahoria Triturado de fruta 15	Triturado de patata puerro carne Triturado de fruta 16	Triturado de patata brócoli pollo Yogur 17
Triturado de verduras patata carne Triturado de fruta 20	Triturado de patata merluza zanahoria Yogur 21	Triturado de verduras patata carne Triturado de fruta 22	 Triturado de patata lentejas huevo Triturado de fruta 23	MENÚ FIN DE CURSO 24
VACACIONES 27	 VACACIONES 28	VACACIONES 29	VACACIONES 30	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 Triturado de patata huevo zanahoria Triturado de fruta	 Triturado de verduras merluza patata Triturado de fruta	 Triturado de pollo patata zanahoria Yogur
 Triturado de huevo patata calabacín Triturado de fruta	 Triturado de patata puerro carne Yogur	 Triturado de verduras pescado garbanzos Triturado de fruta	 Triturado de puerro pollo patata Triturado de fruta	 Triturado de patata zanahoria pescado Yogur
 Triturado de verduras carne patata Triturado de fruta	 Triturado de patata, lentejas huevo Yogur	 Triturado de patata bacalao zanahoria Triturado de fruta	 Triturado de patata puerro carne Triturado de fruta	 Triturado de patata zanahoria pollo Yogur
 Triturado de verduras patata carne Triturado de fruta	 Triturado de patata merluza zanahoria Yogur	 Triturado de verduras patata carne Triturado de fruta	 Triturado de patata lentejas huevo Triturado de fruta	MENÚ FIN DE CURSO
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 1 Crema de verduras Revuelto con Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan integral	 2 Salteado de verduras Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan integral	 3 Acelgas con tomate Pollo asado con ensalada Fruta fresca/Pan integral
 6 Brócoli al horno Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan blanco	 7 Coliflor salteada Ternera a la plancha con ensalada Fruta fresca/Pan integral	 8 Puré de verduras Filete de pescadilla al horno ensalada Fruta fresca/Pan blanco	 9 Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan integral	 10 Crema de verduras Merluza al horno con ensalada Fruta fresca/Pan integral
 13 Coliflor rehogada Cinta de lomo adobado al horno ensalada Fruta fresca/Pan blanco	 14 Crema de verduras Huevos cocidos ensalada Fruta fresca/Pan integral	 15 Acelgas con tomate Bacalao al horno Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan blanco	 16 Puré de verduras Ternera con ensalada Fruta fresca/Pan integral	 17 Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan integral
 20 Pure de verduras Magro con tomate ensalada Fruta fresca/Pan blanco	 21 Brócoli al horno Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan integral	 22 Coliflor salteada Pollo al horno Ensalada de lechuga Fruta fresca/Pan blanco	 23 Puré de verduras Tortilla con Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral	 24 MENÚ FIN DE CURSO
 27 VACACIONES	 28 VACACIONES	 29 VACACIONES	 30 VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 Patatas a la Riojana Ternera a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 1	 Alubias pintas estofadas Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca/Pan integral 2	 Arroz ecologico con tomate Pollo asado en su jugo con patata Yogur sabor/pan blanco 3
 Paella mixta con arroz ecológico Pollo a la plancha Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco 6	Sopa de fideos sin huevo Albóndigas con tomate casero y (burger meat) patata dado Helado/Pan integral *helado sin trazas de huevo 7	Garbanzos con verduras Filete de pescadilla al horno Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco 8	Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo en pepitoria ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral 9	Ensalada de pasta sin huevo Merluza al horno con ensalada Yogur sabor/pan blanco 10
 Arroz ecologico con verduras Cinta de lomo adobado al horno Puré de patata Fruta fresca/Pan blanco 13	Lentejas ecológicas con verduras Ternera a la plancha con tomate Helado/Pan integral *helado sin trazas de huevo 14	Espirales sin huevo con york Bacalao al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 15	Sopa de fideos sin huevo Ragout de ternera Patata frita Fruta fresca/Pan integral 16	Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur sabor/pan blanco 17
Pure de verduras Magro con tomate patata dado Fruta fresca/Pan blanco 20	Macarrones sin huevo Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Helado/Pan integral *helado sin trazas de huevo 21	Ensalada campera sin huevo Pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 22	 Lentejas ecologicas con chorizo Ternera a la plancha Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral 23	MENÚ FIN DE CURSO 24
VACACIONES 27	 VACACIONES 28	VACACIONES 29	VACACIONES 30	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 Patatas con verduras Revuelto con Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 1	 Alubias pintas estofadas Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca/Pan integral 2	 Arroz ecologico con tomate Pollo asado en su jugo con patata Yogur desnatado/pan blanco 3
 Paella mixta con arroz ecológico Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco 6	Sopa de estrellitas Ternera a la plancha con ensalada Yogur desnatado/pan integral 7	Garbanzos con verduras Filete de pescadilla al horno Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco 8	Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral 9	Ensalada de lacitos Merluza al horno con ensalada Yogur desnatado/pan blanco 10
 Arroz eco con verduras Cinta de lomo adobado al horno Puré de patata Fruta fresca/Pan blanco 13	Lentejas ecológicas con verduras Huevos cocidos con tomate Yogur desnatado/pan integral 14	Espirales salteadas Bacalao al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 15	Sopa de fideos Ternera a la plancha ensalada Fruta fresca/Pan integral 16	Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur desnatado/pan blanco 17
Pure de verduras Magro con tomate ensalada Fruta fresca/Pan blanco 20	Macarrones con tomate Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur desnatado/pan integral 21	Ensalada campera Pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 22	 Lentejas ecologicas con verduras Tortilla de jamón york Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral 23	MENÚ FIN DE CURSO 24
VACACIONES 27	 VACACIONES 28	VACACIONES 29	VACACIONES 30	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1 Patatas con verduras Revuelto con Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco	2 Alubias pintas estofadas Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca/Pan integral	3 Arroz ecologico con tomate Pollo asado en su jugo con patata Yogur desnatado/pan blanco
6 Paella mixta con arroz ecológico Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco	7 Sopa de estrellitas Ternera a la plancha con ensalada Yogur desnatado/pan integral	8 Garbanzos con verduras Filete de pescadilla al horno Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco	9 Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral	10 Ensalada de lacitos sin cerdo Merluza al horno con ensalada Yogur desnatado/pan blanco
13 Arroz eco con verduras Tortilla francesa con Puré de patata Fruta fresca/Pan blanco	14 Lentejas ecológicas con verduras Huevos cocidos con tomate Yogur desnatado/pan integral	15 Espirales salteadas Bacalao al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco	16 Sopa de fideos Ternera a la plancha ensalada Fruta fresca/Pan integral	17 Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur desnatado/pan blanco
20 Pure de verduras Tortilla con ensalada Fruta fresca/Pan blanco	21 Macarrones con tomate Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur desnatado/pan integral	22 Ensalada campera sin cerdo Pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco	23 Lentejas ecologicas con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral	24 M E N U F I N D E C U R S O
27 VACACIONES	28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		 Patatas con verduras Revuelto con Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 1	 Alubias pintas estofadas Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca/Pan integral 2	 Arroz ecologico con tomate Pollo asado en su jugo con patata Yogur desnatado/pan blanco 3
 Paella mixta con arroz ecológico Tortilla de calabacin Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco 6	Sopa de estrellitas Ternera a la plancha con ensalada Yogur desnatado/pan integral 7	Garbanzos con verduras Filete de pescadilla al horno Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco 8	Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral 9	Ensalada de lacitos Merluza al horno con ensalada Yogur desnatado/pan blanco 10
 Arroz eco con verduras Cinta de lomo adobado al horno Puré de patata Fruta fresca/Pan blanco 13	Lentejas ecológicas con verduras Huevos cocidos con tomate Yogur desnatado/pan integral 14	Espirales salteadas Bacalao al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 15	Sopa de fideos Ternera a la plancha ensalada Fruta fresca/Pan integral 16	Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur desnatado/pan blanco 17
Pure de verduras Magro con tomate ensalada Fruta fresca/Pan blanco 20	Macarrones con tomate Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur desnatado/pan integral 21	Ensalada campera Pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco 22	 Lentejas ecologicas con verduras Tortilla de jamón york Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral 23	MENÚ FIN DE CURSO 24
VACACIONES 27	 VACACIONES 28	VACACIONES 29	VACACIONES 30	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		<i>Patatas con verduras</i> <i>Revuelto con</i> <i>Ensalada de lechuga y zanahoria</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> *pan sin gluten 1	<i>Alubias pintas estofadas</i> <i>Merluza a la mediterranea</i> <i>Ensalada de lechuga y tomate</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> *pan sin gluten 2	 <i>Arroz ecologico con tomate</i> <i>Pollo asado en su jugo</i> <i>con patata</i> <i>Yogur desnatado/pan blanco</i> *pan sin gluten 3
 <i>Paella mixta con arroz ecológico</i> <i>Tortilla de calabacin</i> <i>Ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> *pan sin gluten 6	<i>Sopa de fideos sin gluten</i> <i>Ternera a la plancha con</i> <i>ensalada</i> <i>Yogur desnatado/pan integral</i> *pan sin gluten 7	<i>Garbanzos con verduras</i> <i>Filete de pescadilla al horno</i> <i>Tomate aliñado</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> *pan sin gluten 8	<i>Coliflor al ajoarriero</i> <i>Estofado de pollo</i> <i>ensalada de lechuga y zanahoria</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> *pan sin gluten 9	<i>Ensalada de pasta sin gluten</i> <i>Merluza al horno</i> <i>con ensalada</i> <i>Yogur desnatado/pan blanco</i> *pan sin gluten 10
 <i>Arroz eco con verduras</i> <i>Cinta de lomo adobado al horno</i> <i>Puré de patata</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> *pan sin gluten 13	<i>Crema de verduras</i> <i>Huevos cocidos</i> <i>con tomate</i> <i>Yogur desnatado/pan integral</i> *pan sin gluten 14	<i>Espirales sin gluten salteadas</i> <i>Bacalao al horno</i> <i>Ensalada de lechuga y zanahoria</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> *pan sin gluten 15	<i>Sopa de fideos sin gluten</i> <i>Ternera a la plancha</i> <i>ensalada</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> *pan sin gluten 16	<i>Brócoli salteado con ajo y cebolla</i> <i>Filete de pollo al horno</i> <i>Ensalada de lechuga y maíz</i> <i>Yogur desnatado/pan blanco</i> *pan sin gluten 17
<i>Pure de verduras</i> <i>Magro con tomate</i> <i>ensalada</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> *pan sin gluten 20	<i>Macarrones sin gluten con tomate</i> <i>Filete de merluza al horno</i> <i>Ensalada de lechuga y zanahoria</i> <i>Yogur desnatado/pan integral</i> *pan sin gluten 21	<i>Ensalada campera</i> <i>Pollo al horno</i> <i>Ensalada de lechuga y zanahoria</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> *pan sin gluten 22	 <i>Puré de zanahoria</i> <i>Tortilla de jamón york</i> <i>Ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> *pan sin gluten 23	MENÚ FIN DE CURSO 24
27 VACACIONES	 28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		<i>Crema de verduras</i> <i>Revuelto con</i> <i>Ensalada de lechuga</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> 1	<i>Salteado de verduras</i> <i>Merluza a la mediterranea</i> <i>Ensalada de lechuga</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> 2	 <i>Acelgas con tomate</i> <i>Pollo asado</i> <i>con ensalada</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> 3
 <i>Brócoli al horno</i> <i>Tortilla francesa</i> <i>Ensalada de lechuga</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> 6	<i>Coliflor salteada</i> <i>Ternera a la plancha con</i> <i>ensalada</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> 7	<i>Puré de verduras</i> <i>Filete de pescadilla al horno</i> <i>ensalada</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> 8	<i>Coliflor al ajoarriero</i> <i>Estofado de pollo</i> <i>ensalada de lechuga</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> 9	<i>Crema de verduras</i> <i>Merluza al horno</i> <i>con ensalada</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> 10
 <i>Coliflor rehogada</i> <i>Cinta de lomo adobado al horno</i> <i>ensalada</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> 13	<i>Crema de verduras</i> <i>Huevos cocidos</i> <i>ensalada</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> 14	<i>Acelgas con tomate</i> <i>Bacalao al horno</i> <i>Ensalada de lechuga</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> 15	<i>Puré de verduras</i> <i>Ternera con</i> <i>ensalada</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> 16	<i>Brócoli salteado con ajo y cebolla</i> <i>Filete de pollo al horno</i> <i>Ensalada de lechuga</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> 17
<i>Puré de verduras</i> <i>Magro con tomate</i> <i>ensalada</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> 20	<i>Brócoli al horno</i> <i>Filete de merluza al horno</i> <i>Ensalada de lechuga</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> 21	<i>Coliflor salteada</i> <i>Pollo al horno</i> <i>Ensalada de lechuga</i> <i>Fruta fresca/Pan blanco</i> 22	 <i>Puré de verduras</i> <i>Tortilla con</i> <i>Ensalada de lechuga y remolacha</i> <i>Fruta fresca/Pan integral</i> 23	MENÚ FIN DE CURSO 24
27 VACACIONES	 28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1 Crema de verduras Revuelto de queso Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco *excepto kiwi verde	2 Salteado de verduras Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca *excepto kiwi verde	3 Acelgas con tomate Pollo asado en su jugo ensalada Fruta fresca/Pan blanco *excepto kiwi verde
6 Brócoli al horno Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco *excepto kiwi verde	7 Sopa de fideos Ternera a la plancha con ensalada Fruta fresca/Pan integral *excepto kiwi verde	8 Puré de verduras Filete de pescadilla al horno Tomate aliñado Fruta fresca/Pan blanco *excepto kiwi verde	9 Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral *excepto kiwi verde	10 Ensalada de lacitos Merluza al horno con ensalada Fruta fresca/Pan blanco *excepto kiwi verde
13 Coliflor rehogada Cinta de lomo adobado al horno ensalada Fruta fresca/Pan blanco *excepto kiwi verde	14 Crema de verduras Huevos cocidos con tomate Fruta fresca/Pan integral *excepto kiwi verde	15 Espirales con york Bacalao al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco *excepto kiwi verde	16 Sopa de picadillo Ragout de ternera ensalada Fruta fresca/Pan integral *excepto kiwi verde	17 Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca/Pan blanco *excepto kiwi verde
20 Pure de verduras Magro con tomate ensalada Fruta fresca/Pan blanco *excepto kiwi verde	21 Macarrones con tomate Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan integral *excepto kiwi verde	22 Coliflor salteada Pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca/Pan blanco *excepto kiwi verde	23 Puré de verduras Tortilla con Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca/Pan integral *excepto kiwi verde	24 MENÚ FIN DE CURSO
27 VACACIONES	28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1 Crema de verduras Revuelto de queso Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca	2 Salteado de verduras Merluza a la mediterranea Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca	3 Acelgas con tomate Pollo asado en su jugo ensalada Fruta fresca
6 Brócoli al horno Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca	7 Sopa de fideos (sin cerdo) Ternera a la plancha con ensalada Fruta fresca	8 Puré de verduras Filete de pescadilla al horno Tomate aliñado Fruta fresca	9 Coliflor al ajoarriero Estofado de pollo ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca	10 Ensalada de lacitos sin cerdo Merluza al horno con ensalada Fruta fresca
13 Coliflor rehogada Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca	14 Crema de verduras Huevos cocidos con tomate Fruta fresca	15 Espirales salteadas Bacalao al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca	16 Sopa (sin cerdo) Ragout de ternera ensalada Fruta fresca	17 Brócoli salteado con ajo y cebolla Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca
20 Pure de verduras Tortilla con ensalada Fruta fresca	21 Macarrones con tomate Filete de merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca	22 Coliflor salteada Pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca	23 Puré de verduras Tortilla con Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca	24 M E N U F I N D E C U R S O
27 VACACIONES	28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	" El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años "