



(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses

2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	I. Nutricional
lunes		martes		miércoles		jueves		viernes		sábado		domingo																		
<p>Sopa minestrone Albóndigas a la jardinera con champiñones salteados Yogur y pan Minestrone soup Meatballs with vegetables with sautéed mushrooms Yoghurt and bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Legumbres y Fruta)</p>		<p>Garbanzos con arroz, espinacas y huevo Limanda empanada con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Chickpeas with rice, spinach &amp; egg Breaded yellowfin sole with green salad (lettuce, green peppers &amp; olives) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos)</p>		<p>Crema de verduras Pollo a la manzana con patatas Fruta y pan Vegetable cream Apple chicken with potatoes Fruit and bread (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>		<p>Arroz milanés Huevos revueltos con picadillo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Milanese rice Mixed meat with egg with tricolor salad (lettuce, carrots &amp; sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Fruta)</p>		<p>Espaguetis napolitana Caella adobada con tomate, cebolla y orégano Fruta y pan Spaghetti neapolitan Pickled blue shark with tomatoes, onions &amp; oregano Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos)</p>		<p>(**) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>		<p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Potatoes and Dairy (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>		<p>Kcal: 716 HC: 84 Prot: 31 Lip: 28</p>																
<p>Judías verdes, zanahoria y patata rehogadas Escalope a la milanesa con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Braised green beans, carrots &amp; potatoes Milanesa style breaded steak with tricolor salad (lettuce, carrots &amp; sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Pasta 2º Pescado con Legumbres y Lácteos)</p>		<p>Paella mixta Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Mixed paella Spanish potato omelette with lettuce, tomato &amp; cheese salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta)</p>		<p>Alubias blancas estofadas Merluza andaluza con lechuga y palitos de cangrejo Helado y pan Stewed white beans Andalusian style hake with lettuce &amp; crab sticks Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta)</p>		<p><b>FESTIVO</b> (**) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Dairy (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>		<p><b>FESTIVO</b> (**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Dairy (* 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Fruta)</p>		<p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Rice and Dairy (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>		<p>(**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>		<p>Kcal: 721 HC: 91 Prot: 31 Lip: 26</p>																
<p>Crema de zanahoria y calabaza San Jacobo con lechuga y remolacha Yogur y pan Cream of carrot &amp; butternut squash Cooked ham &amp; cheese escalope with lettuce and beets Yoghurt and bread (* 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>		<p>Alubias pintas estofadas Tortilla de queso con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Stewed pinto beans Cheese omelette with lettuce salad with tomato &amp; sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta)</p>		<p>Arroz tres delicias Ventresca de merluza a la romana con lechuga y olivas negras Fruta y pan Chinese fried rice Battered &amp; fried hake with lettuce &amp; olives Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos)</p>		<p>Sopa de cocido Cocido completo con ensalada Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew with salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos)</p>		<p>Espirales gratinadas Bacalao al horno con pisto Fruta y pan Spirals au gratin Baked cod with ratatouille Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)</p>		<p>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit (* 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos)</p>		<p>(**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos)</p>		<p>Kcal: 739 HC: 84 Prot: 35 Lip: 33</p>																
<p>Lentejas a la riojana Huevos revueltos con champiñones con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Rioja style lentils Scrambled eggs with mushrooms with green salad (lettuce, green peppers &amp; olives) Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Fruta)</p>		<p>Arroz con verduras Merlán a la andaluza con lechuga y zanahoria Fruta y pan Rice with vegetable Merlán a la andaluza with lettuce &amp; carrot Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)</p>		<p>Espagueti amatriciana Contramuslo de pollo asado con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Spaghetti in amatriciana sauce Baked chicken thigh with lettuce, tomato &amp; cheese salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)</p>		<p>Crema de calabacín con queso Lacón al horno con ensalada César Fruta y pan Cream of zucchini with cheese Baked lacón pork with Caesar salad Fruit and bread (* 1º Patatas 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)</p>		<p>Coliflor con bechamel Estofado de ternera con patatas dado Fruta y pan Cauliflower with white sauce Beef stew with diced potatoes Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>		<p>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>		<p>(**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)</p>		<p>Kcal: 717 HC: 73 Prot: 33 Lip: 35</p>																
<p>Crema de puerros Rape a la romana con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan Cream of leek Battered &amp; fried monkfish with tricolor salad (lettuce, carrots &amp; sweetcorn) Yoghurt and bread (* 1º Legumbres 2º Carne Magra con Pasta y Fruta)</p>		<p>Sopa de cocido Cocido completo con ensalada Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew with salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p>																												Kcal: 592 HC: 75 Prot: 34 Lip: 19