



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
	1 FESTIVO (**) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	2 FESTIVO (**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Dairy (*) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	3 Macarrones a la genovesa San Jacobo con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Macaroni in genovese sauce Cooked ham & cheese escalope with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	4 Lentejas a la jardinera Tortilla de atún con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Vegetables lentils Tuna omelette with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	5 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy (*) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	6 (**) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	Kcal: 690 HC: 81 Prot: 29 Lip: 31
7 Salteado de acelgas, patatas y zanahorias Magro con arroz y champiñones Helado y pan Sautéed chard, potatoes and carrots Pork steak with rice & mushrooms Ice cream and bread (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	8 Spaguetis con boloñesa de chorizo Huevos gratinados con tomate con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Spaghetti with chorizo bolognese sauce Eggs au gratin with tomato with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Legumbres y Lácteos	9 Crema de calabacín Ventresca de merluza al horno con lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Cream of zucchini Baked hake with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos	10 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	11 Arroz tres delicias Lengüadina empanada con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Chinese fried rice Breaded sole with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	12 (**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	13 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Potatoes and Fruit (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	Kcal: 666 HC: 88 Prot: 33 Lip: 22
14 Sopa de ave con arroz Albóndigas de pollo con tomate con patatas dado Yogur y pan Chicken soup with rice Chicken meatballs in tomato sauce with diced potatoes Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	15 Crema de zanahoria Tortilla rellena de jamon y queso con lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Cream of carrot Ham and cheese-stuffed omelette with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Arroz 2º Precocinados con Legumbres y Lácteos	16 Lentejas a la riojana Ragout de pavo con zanahorias salteadas Fruta y pan Rioja style lentils Turkey stew with sautéed carrots Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	17 JORNADA BRASILEÑA Crema de maíz Lomo de cerdo con bananas Quindim y pan Creamed corn Pork loin with bananas Quindim and bread (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	18 Alubias blancas estofadas Cazón adobado con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Stewed white beans Pickled dogfish with lettuce salad with tomato & sweetcorn Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	19 (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	20 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Rice and Dairy (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta	Kcal: 693 HC: 85 Prot: 31 Lip: 28
21 Arroz milanese Merlán al horno con verduras salteadas Yogur y pan Milanese rice Baked whiting with sautéed vegetables Yoghurt and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	22 Alubias pintas estofadas Rape a la andaluza con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Stewed pinto beans Andalusian monkfish with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	23 Coditos gratinados Tortilla de calabacín con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Grilled pasta Zucchini omelette with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos	24 Crema de legumbres Salteado moruno con patatas fritas Fruta y pan Cream of legumes Shish-kabab with french fries Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	25 DIA SIN GLUTEN Judías verdes rehogadas Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta y pan (sin gluten) Sautéed green beans Chicken drumsticks with salad Fruit and bread (gluten free) (*) 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Lácteos	26 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy (*) 1º Pasta 2º Precocinados con Verdura y Fruta	27 (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta	Kcal: 733 HC: 76 Prot: 33 Lip: 33
28 Macarrones con salsa cuatro quesos Palometa con salsa de tomate con champiñones salteados Fruta y pan Macaroni with four cheese sauce Pomfret with tomato sauce with sautéed mushrooms Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	29 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	30 Crema de puerros Salchichas de pollo con espirales salteados Helado y pan Cream of leek Chicken hotdogs with sautéed spiral pasta Ice cream and bread (*) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	31 Arroz a banda Huevos revueltos con bacon con lechuga y tomate Fruta y pan Rice "a banda" Screambled eggs with bacon with lettuce & tomatoes Fruit and bread (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos				Kcal: 756 HC: 90 Prot: 37 Lip: 29