LUNES 6

Macarrones con Atún 🍷🍷🍷
 Coliflor al Queso 🍷
 Hamburguesa a la Plancha ⚠️
 Calamres a la Americana 🍷
 Ensalada Verde 🍷
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍷
 773 Kcal. 36,78g Prot. 81,87g H.C. 31,14g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

LUNES 13

Arroz al Horno
 Trío de Verduras
 Blanqueta de Magro
 Merluza a la Vizcaína 🍷
 Ens de Lechuga y Zanahoria 🍷
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍷
 853 Kcal. 37g Prot. 100,9g H.C. 42,82g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Huevo

LUNES 20

Coditos a la Napolitana 🍷🍷
 Salteado Campesre
 Merluza a la Navarra 🍷
 Filete Ruso ⚠️
 Ensalada Mixta 🍷
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍷
 769 Kcal. 36,95g Prot. 93,8g H.C. 36,24g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Huevo

LUNES 27

Judías Verdes Rehogadas
 Puré de la Huerta
 Lomo Empanado 🍷🍷
 Revuelto de Queso 🍷🍷
 Arroz Pilaf
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍷
 799 Kcal. 34,8g Prot. 79,87g H.C. 35,54g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

MARTES 7

Arroz a la Milanese
 Crema de Verduras
 Buñuelos de Bacalao 🍷🍷🍷
 Escalopines en Salsa
 Verduritas Dado
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 921 Kcal. 24,38g Prot. 124g H.C. 49,33g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pollo

MARTES 14

Crema de Calabaza
 Alcachofas al Ajo
 Albóndigas a la Jardinera ⚠️
 Bacalao a la Mallorquina 🍷
 Patatas Dado
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 699 Kcal. 25,89g Prot. 66,75g H.C. 39,95g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Pescado

MARTES 21

Lentejas con Chorizo ⚠️
 Crema de Zanahorias
 Tortilla de Calabacín 🍷
 Ternera Guisada
 Ens de Lechuga y Tomate 🍷
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 814 Kcal. 42,1g Prot. 65,74g H.C. 49,72g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pavo

MARTES 28

Hélices a la Boloñesa 🍷🍷
 Gazpacho 🍷
 Merluza Lazarillo 🍷🍷
 Lacón al Horno ⚠️
 Zanahoria Baby
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 872 Kcal. 41,2g Prot. 80,21g H.C. 40,98g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pollo

MIÉRCOLES 1

FESTIVO

MIÉRCOLES 8

Crema Dubarry
 Guisantes Rehogados
 Tortilla Fr. De Jamón York 🍷⚠️
 Contramuslo de Pollo
 Patatas Fritas
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍷
 674 Kcal. 27,65g Prot. 68,17g H.C. 41,12g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Pescado

MIÉRCOLES 15

FESTIVO

MIÉRCOLES 22

Ensaladilla Rusa 🍷🍷🍷
 Espinacas Rehogadas
 Palometa en Salsa 🍷
 Escalopines de Cerdo
 Verduritas Dado
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍷
 634 Kcal. 37,43g Prot. 72,61g H.C. 18,87g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 29

Potaje de Garbanzos
 Ensalada Nicoise 🍷🍷🍷
 Filete Ruso ⚠️
 Platija al Limón 🍷
 Ensalada Mezclum 🍷
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍷
 753 Kcal. 34,72g Prot. 76,34g H.C. 30,33g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Huevo

JUEVES 2

FESTIVO

JUEVES 9

Ensalada Campera 🍷🍷🍷
 Judías Verdes con Bacon ⚠️
 Merluza en Salsa Verde 🍷
 Cinta de Lomo a la Plancha
 Ens de Lechuga y Cebolla 🍷
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 732 Kcal. 37,5g Prot. 70,29g H.C. 31,5g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Lomo

DÍA INTERNACIONAL DEL CELIACO

Sopa de Fideos 🍷
 Gazpacho 🍷
 Bonito con Tomate 🍷
 Lomo Asado en su Jugo
 Ensalada Mixta 🍷
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 617 Kcal. 38,38g Prot. 48,48g H.C. 42,78g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

JUEVES 23

Arroz con Tomate
 Salmorejo 🍷
 Salchichas Frankfurt
 Bacalao a la Vizcaína 🍷
 Ens de Lechuga y Zanahoria 🍷
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 799 Kcal. 24,52g Prot. 81,31g H.C. 40,76g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

JUEVES 30

Crema de Calabacín
 Acelgas Cacereñas
 Huevos a la Villaroy 🍷🍷🍷
 Ragout de Ternera
 Patatas Panadera
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷
 749 Kcal. 20,24g Prot. 78,3g H.C. 37,85g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Lomo

VIERNES 3

NO LECTIVO

VIERNES 10

Sopa de Cocido 🍷🍷
 Repollo Rehogado
 Cocido Completo
 Platija a la Meuniere 🍷🍷
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍷
 781 Kcal. 32,89g Prot. 83,59g H.C. 34,56g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Huevo

VIERNES 17

Judías Pintas Estofadas
 Calabacín Gratinado 🍷
 Tortilla Española 🍷
 San Jacobo 🍷
 Ens de Lechuga y Maiz 🍷
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍷
 949 Kcal. 41,99g Prot. 89,17g H.C. 52,66g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Ternera

VIERNES 24

Vichyssoise
 Parrillada de Verduras
 Contramuslo de Pollo
 Cazón Adobado 🍷🍷
 Patatas Fritas
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍷
 630 Kcal. 27,69g Prot. 64,02g H.C. 38,31g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Pescado

J. GASTRONÓMICA HINDU

Arroz al Curry 🍷
 Pollo Tikka Masala 🍷
 Verduritas
 Fruta Variada, Pan y Agua 🍷
 820 Kcal. 41,43g Prot. 61,7g H.C. 43,26g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

LEYENDA

- 🍷 - cacahuete
- 🍷 - mostaza
- 🍷 - apio
- 🍷 - soja
- 🍷 - moluscos
- 🍷 - altramuces
- 🍷 - frutos de cáscara
- 🍷 - crustáceos
- 🍷 - sésamo
- 🍷 - sulfitos
- 🍷 - gluten
- 🍷 - pescado
- 🍷 - huevo
- 🍷 - leche
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Se muestran en sombreado los platos que componen el menú infantil
 Todos los días se tomará leche
 Se servirá un menú de dieta blanda y/o astringente cuando los padres lo hayan advertido o el servicio médico lo estime conveniente