

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|--|--|--|---|
| <p>2</p> <p>Borraja con patatas</p> <p>Escalopines de ternera con champiñones</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Valor nutric. medio 3 a 8 años/9 a 13 años</p> | <p>3</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Tortilla francesa con loncha de queso</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 599,60 / 689,54</p> | <p>4</p> <p>Lentejas con chorizo</p> <p>Salmón al horno con finas hierbas</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Prot (g): 28,16 / 32,38</p> | <p>5</p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Salchichas de ave a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 20,78 / 23,90</p> | <p>6</p> <p>Sopa de lluvia</p> <p>Merluza a la romana con ensalada de lechuga</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 72,61 / 83,50</p> |
| <p>9</p> <p>Lentejas con arroz</p> <p>Tortilla de patata y cebolla con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Valor nutric. medio 3 a 8 años/9 a 13 años</p> | <p>10</p> <p>Espaguetis con tomate</p> <p>Lomo a la española</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 608,66 / 699,96</p> | <p>11</p> <p>Acelga con patata</p> <p>Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Prot (g): 31,40 / 36,11</p> | <p>12</p> <p>Alubias a la hortelana</p> <p>Pavo a la hortelana con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 18,33 / 21,07</p> | <p>13</p> <p>Arroz tres delicias</p> <p>Merluza al horno con salsa de limón</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 72,38 / 83,24</p> |
| <p>16</p> <p>Macarrones gratinados</p> <p>Escalope de pollo empanado con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Valor nutric. medio 3 a 8 años/9 a 13 años</p> | <p>17</p> <p>Garbanzos con espinacas</p> <p>Merluza en salsa de puerros</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 602,74 / 693,15</p> | <p>18</p> <p>Judías verdes con patatas</p> <p>Ragout de ternera</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Prot (g): 26,91 / 30,95</p> | <p>19</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Atún encebollado con ensalada de lechuga</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 21,17 / 24,34</p> | <p>20</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Tortilla de patata y cebolla con ensalada</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 73,57 / 84,60</p> |
| <p>23</p> <p>Lentejas con arroz</p> <p>Merluza en salsa verde con ensalada de lechuga</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Valor nutric. medio 3 a 8 años/9 a 13 años</p> | <p>24</p> <p>Sopa de fideos</p> <p>Magro en salsa de tomate y patata</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 608,60 / 699,89</p> | <p>25</p> <p>Arroz a la milanesa</p> <p>Albóndigas con tomate</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Prot (g): 30,48 / 35,05</p> | <p>26</p> <p>Borraja con patatas</p> <p>Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Lip (g): 18,29 / 21,03</p> | <p>27</p> <p>Alubias a la hortelana</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>HC (g): 76,87 / 88,40</p> |
| <p>30</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Ternera con salsa de zanahorias</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>Valor nutric. medio 3 a 8 años/9 a 13 años</p> | <p>31</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Albóndigas a la jardinera</p> <p>Fruta fresca y pan</p> <p>kcal: 610,81 / 702,43</p> | <p>Prot (g): 25,67 / 29,52</p> | <p>Lip (g): 22,40 / 25,76</p> | <p>HC (g): 75,37 / 86,68</p> |