



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
			1	2	3	4	
			<p>Crema de calabacín San Jacobo con ensalada Fruta y pan Cream of zucchini soup Cooked ham & cheese escalope with salad Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Carne Magra con Pasta y Fruta)</p>	<p>Espirales gratinados Tortilla de queso con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan Spirals au gratin Cheese omelette with green salad (lettuce, green peppers & olives) Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Patatas y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Fruit (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Legumes and Dairy (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>Kcal: 653 HC: 67 Prot: 25 Lip: 36</p>
5	6	7	8	9	10	11	
<p>Ensaladilla rusa Cinta de lomo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Russian potato salad Pork loin with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos)</p>	<p>Espaguetis boloñesa Huevos revueltos con jamón con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta en almíbar y pan integral Bolognese spaghetti Scrambled eggs with ham with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit in syrup and whole meal bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos)</p>	<p>Crema de verduras Brocheta de pollo con patatas dado Fruta y pan Cream of vegetable soup Chicken kebab with diced potatoes Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>Gazpacho Escalope con ensalada Helado y pan Gazpacho (cold tomato based soup) Breaded pork with salad Ice cream and bread (* 1º Pasta 2º Huevos con Arroz y Fruta)</p>	<p>Arroz con tomate Merluza al horno con patatas fritas Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Verdura y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Legumes and Fruit (* 1º Legumbres 2º Precocinados con Verdura y Lácteos)</p>	<p>(**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p>Kcal: 699 HC: 76 Prot: 27 Lip: 33</p>
12	13	14	15	16	17	18	
<p>Crema de verduras Pinchos morunos con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Cream of vegetable soup Shish-kabab with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Pasta y Lácteos)</p>	<p>Judías verdes con bacon Tortilla de patatas con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Natillas y pan Green beans with bacon Spanish potato omelette with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Custard and bread (* 1º Patatas 2º Precocinados con Arroz y Fruta)</p>	<p>Arroz con salchichas Pechuga de pollo empanada con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan integral Frank with rice Breaded chicken breast with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and whole meal bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)</p>	<p>Sopa de picadillo Albóndigas frescas a la jardinera con patatas fritas Fruta y pan Broth with ham & egg bits Fresh meatballs with veggies with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>Espaguetis al queso Filete de limanda rebozado con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Yogur y pan Spaguetti with cheese Batter-fried yellowfin sole steak with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres 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 Pasta y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Fruit (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p>Kcal: 724 HC: 74 Prot: 30 Lip: 34</p>
19	20	21	22	23	24	25	
<p>Arroz con tomate Cinta de lomo con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Rice with tomato sauce Pork loin with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Lácteos)</p>	<p>Canelones de carne Merluza rebozada con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta en almíbar y pan integral Meat cannelloni Battered hake with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit in syrup and whole meal bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta)</p>	<p>MENÚ FIN CURSO SECUNDARIA Macarrones con verduras Hamburguesa con patatas fritas Fruta y pan Macaroni with vegetables Hamburger with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p>COMIDA FIN CURSO PRIMARIA (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos)</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Fruit (* 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos)</p>	<p>(**) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)</p>	<p>Kcal: 777 HC: 92 Prot: 29 Lip: 30</p>
26	27	28	29	30			
<p>(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Precocinados con Patatas y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Pasta 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Patatas y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>(**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (**) 1º Pasta 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)</p>			<p>Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0</p>