

1 **604 Kcal 23,41 Gr 0,41 AGS 24,95 Prot 75,39 HC**

**Garbanzos guisados con verduras** / Chickpea stew with vegetables **10T-13**  
**Huevo revuelto** / Scrambled eggs **3**

7 **Tomate aliñado** / Tomato in garlic

**Fruta y pan** / Fruit and bread **1-8T-12T**

8

2 **1699 Kcal 27,79Gr 6,95 AGS 20,07 Prot 96,09 HC**

**Arroz con verduras** / Rice with vegetables **10T**

**Hamburguesa de carne a la plancha** / Grilled burger meat **1-8**  
**Calabacín salteado** / Sauteed zucchini

**Fruta y pan** / Fruit and bread **1-8T-12T**

9 **1529 Kcal 16,78Gr 1,82 AGS 26,50 Prot 53,76 HC**

**Menestra de verduras con bacón** / Vegetable stew with bacon **13**

**Cinta de lomo sajonia** / Saxon loin ribbon  
**Ensalada c/zanahoria** / Carrot salad **13**

**Fruta y pan** / Fruit and bread **1-8T-12T**

16 **649 Kcal 27,46Gr 6,44 AGS 20,56 Prot 76,80 HC**

7 **Crema de zanahoria** / Carrot cream **13**

**Albóndigas de carne guisadas** / Meatballs stewed with vegetables **1-8-10T**  
**Patata al horno** / Baked potatoes **13**

**Fruta y pan** / Fruit and bread **1-8T-12T**

23

15 **771 Kcal 27,63 Gr 3,13 AGS 38,26 Prot 87,41 HC**

**Sopa de cocido** / Stew soup **1-3T**

**Complemento de cocido** / Madrid stew

**Repollo, patata y zanahoria** / Cabbage, potatoes and carrot **10T-13**  
**Fruta y pan** / Fruit and bread **1-8T-12T**

22 **1.020 Kcal 47,65 Gr 14,09 AGS 32,73 Prot 117,82 HC**

**Sopa de estrellas** / Star soup **1-3T**

**Hamburguesa completa** / Burger **1-2T-2-3T-7T-8-8T-9T-12**  
**Patatas chip** / Chips

**Copa de chocolate y pan** / chocolate cup and bread **1-2-8T-8-12T**

3 **833 Kcal 16,03 Gr 2,06 AGS 45,65 Prot 74,51 HC**

**Lentejas eco con verduras** / Lentils stew with vegetables **1T-13**

**Pavo en salsa** / Turkey in sauce

**Verduras salteadas** / Sauteed vegetable

**Yogur y pan** / Yoghurt and bread **1-2-8T-12T**

10 **656 Kcal 21,87 Gr 2,48 AGS 44,74 Prot 69,60 HC**

**Alubias blancas guisadas con verduras** / White bean stew with vegetables **10T-13**

**Filete de pavo a la plancha** / Grilled turkey fillet

**Berenjena rebozada casera** / Breaded eggplant **1-3**

**Yogur y pan** / Yoghurt and bread **1-2-8T-12T**

17 **585 Kcal 24,18 Gr 2,77 AGS 12,16 Prot 74,31 HC**

**Patatas guisadas con verduras** / **10T-13**

**Croquetas de pollo** / Croquettes of chicken **1-2T-8**

7 **Tomate aliñado** / Tomato in garlic

**Yogur y pan** / Yoghurt and bread **1-2-8T-12T**

24

6

7

13 **621 Kcal 19,94 Gr 0,21 AGS 26,89 Prot 74,57 HC**

**Lentejas estofadas con verduras** / Lentils stew with vegetables **1T-13**

**Tortilla francesa con pavo.** / Omelette with turkey **3-8**

7 **Ensalada con tomate** / Tomato salad **13**

**Fruta y pan** / Fruit and bread **1-8T-12T**

20 **650 Kcal 16,86 Gr 2,61 AGS 25,49 Prot 96,92 HC**

**Arroz con tomate** / Rice with tomato

**Cinta de lomo fresca** / Loin ribbon

7 **Zanahoria salteada** / Sauteed carrot **10T**

**Fruta y pan** / Fruit and bread **1-8T-12T**

14 **637 Kcal 14,53 Gr 1,40 AGS 27,82 Prot 94,07 HC**

**Arroz con tomate** / Rice with tomato

**Filete de pollo a la plancha** / Grilled chicken fillet

**Ensalada de maíz** / Corn salad **13**

**Fruta y pan** / Fruit and bread **1-8T-12T**

21 **694 Kcal 23,87 Gr 1,19 AGS 28,39 Prot 70,49 HC**

**Alubias pintas estofadas con chorizo** / Pinto beans stew with sausage  
**Tortilla de patata.** / **3**

**Ensalada con remolacha** / Beet salad **13**

**Fruta y pan** / Fruit and bread **1-8T-12T**

Menú diseñado y valorado por Nutricionistas y posteriormente revisado y modificado por la Dirección del Centro.  
Todos los menús se complementarán con la opción de pan.  
Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un niño en edad comprendida entre 6 y 9 años, cubriendo entre el 30-35% de la ingesta diaria recomendada.

FRUTA DEL MES: Manzana, Pera, Plátano, Mandarina y Naranja.  
Desgarga nuestra app ALCOIN FOOD para ver el menú.  
R.D.1420/2006. Art.4. ALCOIN somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido en crudo o poco hecho.  
Reglamento (UE) N°1169/2011 la información sobre la presencia de alérgenos se facilita en la leyenda.

**ALÉRGENOS (T-Trazas):** 1- Gluten 2- Leche  
3- Huevo 4- Pescado 5- Crustáceo 6- Moluscos  
7- Cacahuete 8- Soja 9- Frutos de cáscara 10- Apio  
11- Mostaza 12- Sésamo 13- Sulfitos 14- Altramucos

Kcal: Kilocalorías  
Gr: Grasas (g)  
AGS: Grasas Saturadas (g)  
Prot: Proteínas (g)  
HC: Hidratos de Carbono (g)

Servicio de atención nutricional  
para las familias 91 125 51 00