

6

7

13 **821 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 **712 Kcal 17,46 Gr 1,19 AGS 28,32 Prot 113,79 HC**

**Arroz tres delicias con pavo /** Three Delights Fried Rice with Turkey **3-8T**

**Albóndigas de pescado en salsa de tomate /** Hake with vegetables and tomato sauce **1-2T-3T-4-6-10T**

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

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

14 **713 Kcal 22,48 Gr 0,64 AGS 28,76 Prot 94,56 HC**

**Arroz con tomate /** Rice with tomato

**Salmón al horno /** Baked salmon **4**

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

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

21 **585 Kcal 17,01 Gr 0,23 AGS 23,61 Prot 73,08 HC**

**Alubias pintas guisadas con verduras /** Pinto beans with vegetables **13**

**Tortilla de patata. /** **3**

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

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

8

1 **649 Kcal 20,44 Gr 1,43 AGS 21,46 Prot 92,29 HC**

**Garbanzos guisados con verduras /** Chickpea stew with vegetables **10T-13**

**Huevos Villaroy /** Villaroy Egg **1-2-3-4T-5T-6T-8-13**

7 **Tomate aliñado /** Tomato in garlic

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

15 **558 Kcal 11,88 Gr 0,57 AGS 31,05 Prot 86,81 HC**

**Sopa de ave con fideos /** Stew soup **1-3T**

**Compl. de cocido sin cerdo /** Madrid stew without pork

**Repollo, patata y zanahoria /** Cabbage, potatoes and carrot **10T-13**

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

22 **1.021 Kcal 46,63 Gr 8,56 AGS 32,35 Prot 116,73 HC**

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

**Hamburguesa de ternera completa /** Burguer **1-2T-2-3T-7T-8T-9T-12**

**Patatas chip /** Chips

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

2 **719 Kcal 22,52 Gr 1,07 AGS 31,88 Prot 97,91 HC**

**Arroz a banda /** A banda rice **4T-5T-5-6-13**

**Merluza empanada /** Inbreaded hake **1-3-4-12T**

**Calabacín salteado /** Sauteed zucchini

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

9 **489 Kcal 13,45 Gr 0,48 AGS 30,01 Prot 51,96 HC**

**Menestra de verduras /** Vegetable stew **13**

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

**Ensalada c/zanahoria /** Carrot salad **13**

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

16 **651 Kcal 30,95 Gr 1,76 AGS 22,19 Prot 68,09 HC**

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

**Albóndigas de ternera guisadas /** Meatballs stewed with vegetables **8-10T**

**Patata al horno /** Baked potatoes **13**

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

23

3 **633 Kcal 16,03 Gr 2,06 AGS 45,65 Prot 74,51 HC**

**Lentejas estofadas 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 **654 Kcal 22,13 Gr 2,68 AGS 40,53 Prot 72,67 HC**

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

**Bacalao al ajillo /** Baked Cod **4**

**Berenjena rebozada /** Breaded eggplant **1-2T-4T-5T-6T**

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

17 **622 Kcal 30,08 Gr 6,27 AGS 12,75 Prot 74,71 HC**

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

**Croquetas de bacalao artesanas /** Croquettes of cod **1-2-3T-4-5T-6T-8T-10T**

7 **Tomate aliñado /** Tomato in garlic

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

24

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.  
Desgarca 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