

**LUNES**

- 7** **749 Kcal 28,15 Gr 6,54 AGS 33,76 Prot 93,65 HC**  
Lazos con tomate 1-3T  
**Escalopines de cerdo en salsa** 10T  
Guisantes rehogados  
Fruta y pan 1-8T-12T
- 14** **571 Kcal 14,82 Gr 2,14 AGS 36,99 Prot 68,18 HC**  
Menestra de verduras con bacón 13  
**Filete de pavo a la plancha**  
Patata panadera 13  
Fruta y pan 1-8T-12T
- 21** **566 Kcal 12,64 Gr 0,25 AGS 25,64 Prot 84,56 HC**  
Coditos al ajillo 1-3T  
**Cinta de lomo sajonia**  
Pisto de verduras  
Fruta y pan 1-8T-12T

**MARTES**

- 1** **812 Kcal 12,73 Gr 1,41 AGS 31,18 Prot 94,50 HC**  
Arroz con verduras 1-2-3T-13  
**Cinta de lomo adobada**  
Pisto de verduras 13  
Fruta y pan 1-8T-12T
- 8** **760 Kcal 26,75 Gr 1,30 AGS 32,64 Prot 87,93 HC**  
Lentejas estofadas con chorizo 1-3T  
Tortilla de patata. 10T  
Pimiento verde salteado  
Fruta y pan 1-8T-12T
- 15** **895 Kcal 25,35 Gr 0,90 AGS 29,54 Prot 82,02 HC**  
Alubias blancas guisadas con verduras 13  
Huevos con bechamel gratinados y salsa de tomate  
Lechuga con maíz 13  
Fruta y pan 1-8T-12T
- 22** **831 Kcal 23,17 Gr 0,13 AGS 23,13 Prot 74,16 HC**  
Garbanzos guisados con espinacas 1-3T  
Tortilla francesa.  
Lechuga c/zanahoria  
Fruta y pan 1-8T-12T

**MIÉRCOLES**

- 2** **548 Kcal 14,39 Gr 0,52 AGS 31,87 Prot 69,93 HC**  
**7** Crema de zanahoria 13  
Pavo en salsa  
Patata panadera 13  
Fruta y pan 1-8T-12T
- 9** **694 Kcal 29,54 Gr 6,97 AGS 22,01 Prot 82,52 HC**  
Brócoli gratinado 1-2-3T-13  
Albóndigas de carne guisadas 1-8-10T  
Arroz cocido  
Fruta y pan 1-8T-12T
- 16** **821 Kcal 21,59 Gr 2,48 AGS 39,75 Prot 63,24 HC**  
**7** Crema de calabacín 13  
Jamoncitos de pollo en salsa  
Patata cuadro 13  
Fruta y pan 1-8T-12T
- 23** **548 Kcal 12,88 Gr 0,38 AGS 37,50 Prot 76,09 HC**  
Guisantes rehogados  
Pollo al ajillo  
Patata panadera 13  
Fruta y pan 1-8T-12T

**JUEVES**

- 3** **771 Kcal 27,63 Gr 3,13 AGS 38,26 Prot 87,41 HC**  
Sopa de cocido 13  
Complemento de cocido  
Repollo, patata y zanahoria 13  
Fruta y pan 1-8T-12T
- 10** **698 Kcal 18,75 Gr 1,96 AGS 36,44 Prot 91,15 HC**  
Paella de pollo 1-2-3T-13  
**Filete de ternera a la plancha** 1-8-10T  
Lechuga c/zanahoria  
Fruta y pan 1-8T-12T
- 17** **771 Kcal 27,63 Gr 3,13 AGS 38,26 Prot 87,41 HC**  
Sopa de cocido 13  
Complemento de cocido  
Repollo, patata y zanahoria 13  
Fruta y pan 1-8T-12T
- 24** **713 Kcal 29,85 Gr 7,22 AGS 19,17 Prot 96,19 HC**  
Paella de Verduras  
Hamburguesa de carne a la plancha  
**7** Tomate aliñado 13  
Fruta y pan 1-8T-12T

**VIERNES**

- 4** **687 Kcal 30,41 Gr 3,58 AGS 25,22 Prot 68,62 HC**  
Canelones gratinados 13  
Tortilla francesa.  
**7** Lechuga con tomate 13  
Yogur y pan 1-8T-12T
- 11** **781 Kcal 24,80 Gr 3,02 AGS 49,33 Prot 74,30 HC**  
Alubias pintas estofadas con chorizo 1-2-3T-13  
Ragout de pollo 1-8-10T  
Patata cuadro  
Yogur y pan 1-8T-12T
- 18** **641 Kcal 16,50 Gr 2,76 AGS 30,16 Prot 96,26 HC**  
Arroz con tomate 13  
**Filete de pollo al limón**  
**Calabacín rebozado casero** 13  
Flan y pan 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. Descarga 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

