

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 446 Kcal/10,89 Gr/0,33 AGS 28,62 Prot:56,96 HC
Patatas guisadas con verduras 10T-13
Filete de pavo a la plancha
Pisto de verduras
Fruta y pan 1-8T-12T

13 650 Kcal/19,69 Gr/2,51 AGS 41,61 Prot:74,14 HC
Menestra de verduras 13
Jamoncitos de pollo al limón
Patata cuadro 13
Fruta y pan 1-8T-12T

20 580 Kcal/9,33 Gr/0,06 AGS 21,78 Prot:103,74 HC
Arroz con verduras 10T
Lacón a la gallega
Menestra de verduras 13
Fruta y pan 1-8T-12T

27

7 550 Kcal/17,23 Gr/0,57 AGS 30,09 Prot:66,20 HC
7 Crema de calabaza 13
Ragout de pollo 10T
Patata cuadro 13
Fruta y pan 1-8T-12T

14 634 Kcal/16,72 Gr/0,32 AGS 38,39 Prot:74,78 HC
Garbanzos guisados con verduras 10T-13
Filete de pavo a la plancha
Lechuga con remolacha 13
Fruta y pan 1-8T-12T

21 774 Kcal/27,53 Gr/3,07 AGS 38,30 Prot:89,26 HC
Sopa de cocido 1-3T
Complemento de cocido
Repollo, patata y zanahoria 10T-13
Fruta y pan 1-8T-12T

28 664 Kcal/16,25 Gr/0,18 AGS 26,98 Prot:98,44 HC
Paella de Pollo
Lacón a la gallega
Lechuga con maíz 13
Fruta y pan 1-8T-12T

1 692 Kcal/19,53 Gr/1,43 AGS 38,86Prot:88,46 HC
Macarrones con tomate y carne 1-3T-13
Cinta de lomo sajonia
Ensalada mixta 3-13
Fruta y pan 1-8T-12T

8 774 Kcal/27,53 Gr/3,07 AGS 38,30Prot:89,26 HC
Sopa de cocido 1-3T
Complemento de cocido
Repollo, patata y zanahoria 10T-13
Fruta y pan 1-8T-12T

15 678 Kcal/24,03 Gr/2,11 AGS 24,23Prot:68,40 HC
15 Macarrones con tomate y verduras 1-3T-10T
Tortilla francesa con queso 2-3
Lechuga con maíz 13
Fruta y pan 1-8T-12T

22 598 Kcal/14,78 Gr/0,65 AGS 32,85Prot:66,53 HC
Crema de espinacas 13
Pavo en salsa
Patata panadera 13
Fruta y pan 1-8T-12T

2 637 Kcal/19,69Gr/2,42 AGS 43,88 Prot:75,46 HC
Guisantes con zanahoria
Jamoncitos de pollo asado
Patata cuadro 13
Fruta y pan 1-8T-12T

9 882 Kcal/21,87Gr/0,65 AGS 18,22 Prot:103,64 HC
Arroz con tomate
Tortilla de patata 3-13
7 Lechuga con tomate 13
Fruta y pan 1-8T-12T

16 601 Kcal/16,84Gr/0,96 AGS 27,98 Prot:77,05 HC
Patatas guisadas con chorizo 13
Cinta de lomo sajonia
Champiñón al ajillo
Fruta y pan 1-8T-12T

23 700 Kcal/24,63Gr/1,30 AGS 38,68 Prot:108,09 HC
Fideua de Verduras 1-3T-10T
Ragout de ternera en salsa
Guisantes rehogados
Fruta y pan 1-8T-12T

3 742 Kcal/34,77 Gr/4,93 AGS 36,43Prot: 61,30HC
Alubias blancas estofadas con chorizo
Tortilla francesa con queso 2-3
Lechuga con aceitunas 13
Yogur y pan 1-2-8T-12T

10 832 Kcal/24,00 Gr/1,68 AGS 58,34Prot: 103,98HC
Espagueti con tomate y pavo 1-3T-8
Chuleta de Sajonia
Guisantes rehogados
Yogur y pan 1-2-8T-12T

17 689 Kcal/34,11 Gr/8,07 AGS 25,61Prot: 68,18HC
Crema de puerros 13
Albóndigas de carne guisadas 1-8-10T
Patatas fritas 13
Yogur y pan 1-2-8T-12T



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