

MENÚ SEPTIEMBRE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DEL 9 AL 13	Arroz con verduras Tortilla de patatas Ensalada de tomate lechuga maíz y zanahoria Fruta del Tiempo	Macarrones con salsa de tomate Lenguado al horno con patatas a la provenzal Ensalada Fruta del Tiempo	Borrajá cocida con patatas Albóndigas en salsa Ensalada Fruta del tiempo	Potaje de garbanzos Bacalao a la vizcaína. Ensalada Fruta del Tiempo	Crema de calabacín Pollo asado con patata panadera Yogur Natural
<i>Recomendación cena</i>	<i>Pasta, carne, lácteo</i>	<i>Verduras ,huevo, lácteo.</i>	<i>Verdura, pescado, fruta</i>	<i>Verduras, carne, lácteo</i>	<i>Sopa, huevo., lácteo</i>
7 – 12 años	759 Kcal. Prot 29gr. Lip 25gr. Hc 90gr	780Kcal. Prot 43gr. Lip.27gr. Hc. 84gr.	Kcal 774. Prot 60gr. Lip 31gr. Hc 77gr	Kcal 791 Prot 56gr. Lip 20gr Hc.66gr.	Kcal 750 Prot 38gr. Lip 26gr Hc 77gr.
3- 6 años	531 kcal. Prot 20gr Lip 17gr. Hc 63gr.	546 Kcal. Prot 30gr. Lip 19 gr. Hc 59gr.	Kcal 542. Prot 42 gr. Lip 22gr. Hc 53gr.	Kcal 553. Prot. 39gr. Lip 14 gr. Hc 46 gr.	Kcal 526 Prot. 26gr. Lip 18gr. Hc 54gr.
DEL 16 al 20	Lacitos con salsa de tomate Muslo de pollo al horno con dados de patata Fruta del tiempo	Brócoli cocido con patatas Hamburguesa de pollo Fruta del tiempo	Alubias blanca guisada Merluza en salsa verde Ensalada Fruta del tiempo	Sopa de verduras Lomo con patatas panaderas Ensalada Fruta del Tiempo	Paella de pollo Filete de merluza a la romana Ensalada Fruta del tiempo
<i>Recomendación cena</i>	<i>Verduras, pescado, fruta.</i>	<i>Sopa carne, lacteo.</i>	<i>Ensalada, pescado, lácteo</i>	<i>Verdura, carne, lácteo</i>	<i>Pasta + huevo+ lácteo</i>
7- 12 años	789 kcal. Prot 45gr. Lip. 27gr Hc.76 gr	771 kcal. Prot 40 gr. Lip. 32 gr Hc.60 gr	750 Kcal Lip 21gr. Prot 46gr Hc 50gr	Kcal 780 Lip 25gr. Prot 36gr. Hc 50 gr	755Kcal Prot 43gr Lip 21gr Hc 85gr
3- 6 años	552kcal. Prot. 31gr. Lip. 19gr. Hc 53gr.	539 kcal. Prot. 28 gr. Lip 22.gr. Hc 42 gr.	525 Kcal Lip 14gr Prot 32gr. Hc 35 gr.	46 kcal. Lip 17gr. Prot 25gr. Hc 31 gr.	528Kcal Prot 30gr lip 15gr Hc 55
DEL 23 al 27	Sopa de ave Atún encebollado Yogur natural	Garbanzos con verduras Tortilla de queso Ensalada Fruta del tiempo	Acelga con patatas Albóndigas en salsa Ensalada Yogur natural	Paella de pollo Ensalada Fruta del tiempo	Judías verdes Hamburguesa de pollo con patata panadera Fruta del tiempo
<i>Recomendación cena</i>	<i>Verdura, carne, lácteo</i>	<i>Verduras, carne, lácteo</i>	<i>Sopa, huevo, lácteo</i>	<i>Verdura, pescado, lácteo</i>	<i>Pasta, huevo, lácteo</i>
7 a 12 años	Kcal 780 Lip 25gr. Prot 36gr. Hc 50 gr	797kcal. Prot 36gr. Lip 29gr. Hc 80gr.	794 kcal. Prot 50gr Lip. 32gr. Hc 65gr	799 kcal. Prot 27gr. Lip 19gr Hc 99gr.	750 Kcal. Prot 37gr. Lip 21gr. Hc 60 gr.
3 a 6 años	46 kcal. Lip 17gr. Prot 25gr. Hc 31 gr.	557 kcal. Prot 25 gr. Lip 20 gr. Hc 56gr	555kcal. Prot 35gr Lip. 22gr. Hc 54gr	559 kcal. Prot 18gr Lip 13gr. Hc 69gr.	525 kcal. Prot 25gr. Lip 15gr. Hc 42 gr
DÍAS 29 Y 30	Sopa de ave Pechugas a la plancha Ensalada Fruta del Tiempo	Todas las comidas serán servidas con pan, pan integral (una vez en semana) y agua.			
<i>Recomendación cena</i>	<i>pasta+ huevo+ lácteo</i>				
7 a 12 años	670Kcal. Prot: 40gr Lip: 10gr. Hc: 53gr.				
3 a 6 años	469 Kcal. Prot: 28gr Lip: 8gr Hc: 37gr				



Este menú puede contener gluten, crustáceos, huevos, pescado, soja, lácteos, frutos de cascara, apio, sulfitos, moluscos.