



MENÚ FEBRERO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DEL 3 al 7	Lacitos con salsa de tomate Muslo de pollo al horno con patata Asada Cuajada	Lentejas estofadas con chorizo Salmon al horno con verdura Fruta	Fideua Tortilla de atún Fruta	Borrajá cocida con patatas Pechugas a la plancha Fruta	Crema de zanahorias Albóndigas de cerdo en salsa con patata asada Fruta
<i>Recomendación cena</i>	<i>Verduras, pescado, fruta.</i>	<i>Sopa, huevo, lácteo.</i>	<i>Sopa, carne, lácteo</i>	<i>Sopa, huevo, lácteo</i>	<i>Verduras, pescado, lácteo</i>
7 – 12 años	789 kcal. Prot 45gr. Lip. 27gr Hc.76 gr	791Kcal. Prot 43gr. Lip.33gr. Hc. 70 gr.	Kcal 779 Prot 30gr. Lip 29gr Hc 50gr.	794 kcal. Prot 50gr Lip. 32gr. Hc 65gr	792 Kcal. Prot 49gr. Lip 29gr. Hc 70gr
3- 6 años	552kcal. Prot. 31gr. Lip. 19gr. Hc 53gr.	553 Kcal. Prot 30gr. Lip 23 gr. Hc 49gr.	Kcal 545 Prot. 21gr. Lip 20gr. Hc 35gr.	555kcal. Prot 35gr Lip. 22gr. Hc 54gr	554kcal. Prot 34gr Lip 20gr. Hc49gr
DEL 10 al 14	Judías verdes con patatas cocidas Ternera a la jardinera con arroz pilaf. Fruta	Menestra de verduras Escalope de pollo con patatas a la provenzal Yogur	Macarrones boloñesa Lenguado a la plancha Fruta	Garbanzos con verduras Lomo a la plancha. Fruta	Patatas a la riojana Tortilla de calabacín Ensalada Fruta
<i>Recomendación cena</i>	<i>Sopa , pescado, lácteo</i>	<i>Arroz, pescado, fruta</i>	<i>Verdura, carne, lácteo</i>	<i>Verdura, pescado, lácteo</i>	<i>Pasta, huevo, fruta</i>
7- 12 años	800 kcal Lip 30gr Prot 51gr Hc 84gr	700 Kcal. Lip 28gr Prot 42gr Hc 57gr.	Kcal 825. Prot 42gr. Lip 28gr. Hc 75gr	874kcal. Prot 50gr. Lip 27gr Hc 65gr.	729 kcal. Prot 36gr Lip. 27gr. Hc 70gr
3- 6 años	560 kcal. Lip 21 gr. Prot 24 gr. Hc 47gr	490 kcal. Lip 19 gr. Prot 29 gr. Hc. 39gr.	Kcal 577. Prot 30 gr. Lip 20gr. Hc 52gr.	611 kcal. Prot 35gr. Lip 24gr. Hc 43gr.	510 kcal. Prot 25gr. Lip 18gr. Hc 49gr
DEL 17 al 21	Sopa de cocido Tortilla de Patatas Ensalada Fruta	Brócoli cocido con patatas Escalopes de pollo Fruta del tiempo	Acelgas con patata Pavo guisado Fruta	Macarrones boloñesa Merluza al horno con salsa verde Yogur	Potaje de garbanzos Lomo a la plancha Fruta
<i>Recomendación cena</i>	<i>Pasta carne lácteo</i>	<i>Sopa carne, lacteo.</i>	<i>Pasta + pescado + lácteo</i>	<i>Puré de verduras, carne,fruta</i>	<i>Verduras, huevo, lácteo</i>
7 a 12 años	724Kcal Prot:26Lip:36grHc:66gr	771 kcal. Prot 40 gr. Lip. 32 gr Hc.60 gr	679 Kcal Prot. 48gr. Lip. 25gr. Hc48gr	836kcl. Lip 21gr Prot 45gr Hc 70gr.	740 kcal. Prot 36gr. Lip 29gr. Hc 80gr.
3 a 6 años	506KcalProt:18gr Lip:25gr Hc:46gr.	539 kcal. Prot. 28 gr. Lip 22.gr. Hc 42 gr.	475Kcal. Prot:14.4gr Lip7.5gr Hc: :33gr	585 kcal. Lip 15 gr. Prot 31 gr. Hc. 50gr.	518 kcal. Prot 25 gr. Lip 20 gr. Hc 56gr
DEL 24 al 28	Menestra de verduras Tortilla de patata Cuajada	Lacitos con salsa de tomate Muslo de pollo al horno con patata Asada Fruta	Lentejas estofadas con verduras Bacalao con tomate Fruta	Arroz 3 delicias Lomo a la plancha Fruta	Judías verdes con patata Hamburguesa de Pollo Fruta
<i>Recomendación cena</i>	<i>Arroz, pescado, Fruta</i>	<i>Verduras, pescado, fruta.</i>	<i>Verduras, carne, lácteo</i>	<i>Puré de verduras, carne, lácteo</i>	<i>Pasta + pescado+ lácteo</i>
7 a 12 años	700 Kcal. Lip 28gr Prot 42grHc 57gr.	789 kcal. Prot 45gr. Lip. 27gr Hc.76gr	878 kcal. Prot 50 gr. Lip 23gr. Hc 88gr.	797 Kcal. Lip 22gr Prot 39gr Hc 75gr.	679Kcal. Prot: 45gr. Lip:31gr Hc54gr
3 a 6 años	490 kcal. Lip 19 gr. Prot 29 gr. Hc. 39gr.	552kcal. Prot. 31gr. Lip. 19gr. Hc 53gr.	614 kcal. Prot 35 gr. Lip 16 gr. Hc 62gr	556 kcal. Lip 15 gr. Prot 27 gr. Hc. 53gr.	475 Kcal.Prot:31.5grLip:21.8gr Hc:38gr

Todas las comidas serán servidas con ensalada, pan, pan integral (dos días a la semana) y agua.
Este menú puede contener gluten, crustáceos, huevos, pescado, soja, lácteos, frutos de cáscara, apio, sulfitos, moluscos.