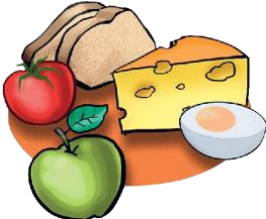


MENÚ SEPTIEMBRE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DEL 8 AL 12	Arroz con verduras Tortilla de patatas Ensalada de tomate lechuga maiz y zanahoria Fruta	Macarrones con salsa de tomate Lenguado al horno con patatas a la provenzal Ensalada Fruta	Borrajá cocida con patatas Albóndigas en salsa Ensalada Fruta	Paella de pollo Filete de merluza a la romana Ensalada Fruta	Crema de calabacín Pollo asado con patata panadera Yogur
<i>Recomendación cena</i>	<i>Pasta, carne, lácteo</i>	<i>Verduras ,huevo, lácteo.</i>	<i>Verdura, pescado, fruta</i>	<i>Pasta + huevo+ 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	755Kcal Prot 43gr Lip 21gr Hc 85gr	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.	528Kcal Prot 30gr lip 15gr Hc 55	Kcal 526 Prot. 26gr. Lip 18gr. Hc 54gr.
DEL 15 al 19	Lacitos con salsa de tomate Muslo de pollo al horno con dados de patata Fruta	Brócoli cocido con patatas Hamburguesa de pollo Fruta	Alubias blanca guisada Merluza en salsa verde Ensalada Yogur	Sopa de verduras Lomo con patatas panaderas Ensalada Fruta	Potaje de garbanzos Bacalao a la vizcaína. Ensalada Fruta
<i>Recomendación cena</i>	<i>Verduras, pescado, fruta.</i>	<i>Sopa carne, lacteo.</i>	<i>Ensalada, pescado, fruta</i>	<i>Verdura, carne, lácteo</i>	<i>Verduras, carne, 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	Kcal 791 Prot 56gr. Lip 20gr Hc.66gr.
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.	Kcal 553. Prot. 39gr. Lip 14 gr. Hc 46 gr.
DEL 22 al 26	Sopa de ave Atún encebollado Yogur	Garbanzos con verduras Tortilla de queso, ensalada Fruta	Acelga con patatas Albóndigas en salsa Ensalada Fruta	Paella de pollo Ensalada Fruta	Judías verdes Hamburguesa de pollo con patata panadera Fruta
<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	Garbanzos Lenguado al horno con patata asada Yogur	Todas las comidas serán servidas con pan, pan integral (una vez en semana) y agua. 		
	<i>pasta+ huevo+ lácteo</i>	Sopa + huevo + fruta			
7 a 12 años	670Kcal. Prot: 40gr Lip: 10gr. Hc: 53gr.	681Kcal. Prot. 44gr Lip. 10gr Hc: 71gr			
3 a 6 años	469 Kcal. Prot: 28gr Lip: 8gr Hc: 37gr	476Kcal Prot: 13.2gr Lip:7gr Hc: 50gr			

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