

SE OFRECEN DOS PLATOS PRINCIPALES A ELEGIR Y DOS POSTRES
 SE OFRECE UN BOCADILLO VARIADO EN EL PRIMER RECREO DE LOS CURSOS DE PRIMARIA

LA INFORMACIÓN NUTRICIONAL SE REFIERE AL
 PRIMER PLATO MÁS CONSUMIDO Y AL SEGUNDO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1	2
			FESTIVO	FESTIVO
5	6	7	8	9
Arroz con tomate Crema de espárragos	Lentejas estofadas Acelgas rehogadas	Puré de calabaza Guisantes con jamón	Fideua Sopa de verduras	FESTIVO
Huevos fritos con salchichas y patatas	Pechuga de pollo con ensalada	Ragout de ternera con ensalada	Merluza a la romana con ensalada	
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	
Kcal 780 P 27 L 50 HC 59 Ca 88 Fe 5	Kcal 776 P 54 L44 HC 68 Ca 148 Fe10	Kcal 751 P 34 L 18 HC 40 Ca 112 Fe 6	Kcal 804 P 62 L 34 HC 62 Ca 278 Fe 18	
12	13	14	15 MENÚ C. MADRID	16
Macarrones napolitana Judías verdes rehogadas	Patatas con costillas Crema hortelana	Judías blancas estofadas Brócoli gratinado	Sopa de cocido	Puré de zanahoria Pisto manchego
Lomo ibérico con ensalada	Mero a la bilbaína con ensalada	Jamoncitos de pollo asado con ensalada	Cocido completo	Tortilla de patatas con ensalada
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
Kcal 733 P 53 L 41 HC 64 Ca 122 Fe 7	Kcal 779 P 44 L 50 HC 40 Ca 99 Fe 5	Kcal 774 P 39 L 25 HC 76 Ca 172 Fe 7	Kcal 770 P 58 L 26 HC 75 Ca 184 Fe 11	Kcal 652 P 23 L 22 HC 69 Ca 175 Fe 6
19	20	21	22	23
Espaguetis boloñesa Crema de champiñón	Lentejas burgalesa Menestra de verduras	Paella valenciana Sopa de verduras	Crema de verduras Acelgas rehogadas	Sopa de puchero Coliflor rehogada
Jamón asado con ensalada	Escalope de pollo con ensalada	Calamares a la romana con ensalada	Lasaña boloñesa al horno	Albóndigas en salsa con ensalada
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
Kcal 717 P 40 L 45 HC 88 Ca 138 Fe 6	Kcal 776 P 54 L44 HC 68 Ca 148 Fe	Kcal 709 P 51 L 27 HC 70 Ca 210 Fe 18	Kcal 758 P 46 L 28 HC 83 Ca 572 Fe 6	Kcal 739 P 65 L 25 HC 67 Ca 153 Fe 9
26	27	28	29	30
Coditos carbonara Crema de calabacín	Judías pintas Crema de puerros	Marmitako Espinacas a la crema	Sopa de cocido	Puré de calabaza Judías verdes rehogadas
Huevos fritos con patatas	Pechuga de pollo con ensalada	Buchones de bacalao con ensalada	Cocido completo	Croquetas y empanadillas con ensalada
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
Kcal 763 P 34 L 33 HC 84 Ca 122 Fe 6	Kcal 752 P 45 L 43 HC 48 Ca 163 Fe 8	Kcal 778 P 57 L 32 HC 41 Ca 86 Fe 5	Kcal 770 P 58 L 26 HC 75 Ca 184 Fe 11	Kcal 737 P 24 L 33 HC 65 Ca 226 Fe 4