

SE OFRECE UN BOCADILLO VARIADO EN EL PRIMER RECREO DE LOS CURSOS DE PRIMARIA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1	2
			FESTIVO	FESTIVO
5	6	7	8	9
Arroz con tomate	Lentejas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)	Puré de calabaza	Fideua	FESTIVO
Huevos fritos con patatas	Pechuga de pollo con ensalada	Ragout de ternera con ensalada	Merluza a la plancha con ensalada	
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	
Kcal 693 P 42 L 37 HC 51 Ca 124 Fe 7	Kcal 697 P 41 L 25 HC 80 Ca 123 Fe 8	Kcal 751 P 34 L 18 HC 40 Ca 112 Fe 6	Kcal 649 P 55 L 23 HC 54 Ca 251 Fe 17	
12	13	14	15 MENÚ C. MADRID	16
Macarrones napolitana (sin gluten)	Patatas con costillas	Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)	Sopa de cocido	Puré de zanahoria
Lomo ibérico con ensalada	Mero a la bilbaína con ensalada	Jamonicitos de pollo asado con ensalada	Cocido completo (sin chorizo, morcilla, tocino)	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 674 P 39 L 25 HC 76 Ca 172 Fe 7	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 652 P 23 L 22 HC 69 Ca 175 Fe 6
19	20	21	22	23
Espaguetis boloñesa (sin gluten)	Lentejas burgalesa (sin chorizo, morcilla, tocino)	Arroz abanda	Crema de verduras	Sopa de puchero
Lomo a la plancha con ensalada	Filete de pollo a la plancha con ensalada	Mero a la plancha con ensalada	Tortilla francesa con ensalada	Filete de ternera a la plancha con ensalada
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
Kcal 663 P 46 L 30 HC 53 Ca 94 Fe 6	Kcal 650 P 40 L 19 HC 56 Ca 115 Fe 7	Kcal 565 P 28 L 19 HC 48 Ca 56 Fe 3	Kcal 514 P 14 L 6 HC 81 Ca 221 Fe 7	Kcal 504 P 57 L 16 HC 31 Ca 113 Fe 7
26	27	28	29	30
Coditos carbonara (sin gluten)	Judías pintas (sin chorizo, morcilla, tocino)	Marmitako	Sopa de cocido	Puré de calabaza
Lomo ibérico con ensalada	Pechuga de pollo con ensalada	Bacalao a la plancha con ensalada	Cocido completo (sin chorizo, morcilla, tocino)	Filete de ternera a la plancha con ensalada
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
Kcal 654 P 38 L 24 HC 70 Ca 86 Fe 5	Kcal 627 P 38 L 19 HC 51 Ca 164 Fe 6	Kcal 646 P 49 L 35 HC 33 Ca 66 Fe 4	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 1	Kcal 578 P 34 L 15 HC 2 Ca 68 Fe 4