

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	2	3	4	5
8	9	10 - Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco - Arroz con tomate, pollo y queso - Fruta fresca P: 15.91%, G: 38.36%, HC: 45.74%, Az: 13.55gr Sal: 1.10gr, AGS: 5.20gr, 470.25 Kcal	11 - Crema de calabaza - Magro de cerdo guisado con tomate - Patatas panaderas al horno - Fruta fresca P: 15.25%, G: 39.93%, HC: 44.81%, Az: 16.44gr Sal: 1.09gr, AGS: 2.69gr, 380.79 Kcal	12 - Crema de calabacín - Tortilla de patata sin cebolla (g) - Tomate aliñado con queso fresco - Fruta fresca P: 9.90%, G: 46.05%, HC: 44.06%, Az: 17.17gr Sal: 0.64gr, AGS: 4.28gr, 417.73 Kcal
15 - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Merluza al limón al horno - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano P: 16.47%, G: 32.67%, HC: 50.86%, Az: 27.85gr Sal: 0.85gr, AGS: 2.20gr, 384.86 Kcal	16 - Ensalada de lechuga, huevo duro, zanahoria, maíz y naranja - Arroz con salsa de tomate, zanahoria, cebolla, pimiento y queso - Pera P: 10.31%, G: 35.78%, HC: 53.91%, Az: 18.16gr Sal: 1.43gr, AGS: 4.27gr, 440.30 Kcal	17 - Crema de verduras - Omelet - Tomate aliñado - Fruta: melón v1 P: 15.98%, G: 49.88%, HC: 34.14%, Az: 11.66gr Sal: 1.17gr, AGS: 3.40gr, 302.62 Kcal	18 - Arroz hervido con ajo, aove y sal - Pollo al horno - Ensalada de lechuga, pepino y queso fresco - Manzana P: 19.33%, G: 27.83%, HC: 52.83%, Az: 9.22gr Sal: 0.78gr, AGS: 2.31gr, 357.76 Kcal	19 - Sopa de verduras - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Queso fresco - Pera P: 12.63%, G: 37.62%, HC: 49.75%, Az: 19.24gr Sal: 0.40gr, AGS: 3.61gr, 390.35 Kcal
22 - Crema de espinacas, calabacín y cebolla - Magro de cerdo al horno al ajillo - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano P: 14.93%, G: 37.57%, HC: 47.50%, Az: 27.36gr Sal: 0.77gr, AGS: 2.86gr, 419.52 Kcal	23 - Arroz hervido con ajo, aove y sal - Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate v.2 - Huevo a la plancha - Yogurt natural P: 11.19%, G: 42.31%, HC: 46.50%, Az: 17.09gr Sal: 1.00gr, AGS: 5.38gr, 487.68 Kcal	24 - Sopa de verduras - Salmon al horno a la naranja v1 - Tomate aliñado con aceitunas - Fruta: plátano P: 21.43%, G: 32.21%, HC: 46.36%, Az: 30.52gr Sal: 3.83gr, AGS: 2.25gr, 399.73 Kcal	25 - Crema de calabaza - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Pera P: 8.93%, G: 46.32%, HC: 44.76%, Az: 18.83gr Sal: 1.45gr, AGS: 3.40gr, 406.65 Kcal	26 - Ensalada de arroz con huevo duro, maíz, zanahoria y aceitunas - Merluza frita v1 - Lechuga aliñada - Fruta: melón v1 P: 15.98%, G: 35.14%, HC: 48.88%, Az: 7.99gr Sal: 1.41gr, AGS: 3.53gr, 512.09 Kcal
29 - Crema de champiñones, calabacín y zanahoria v.1 - Bacalao al horno con ajitos v3 - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano P: 16.94%, G: 37.78%, HC: 45.27%, Az: 26.36gr Sal: 1.09gr, AGS: 2.37gr, 402.58 Kcal	30 - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro - Arroz con tomate y queso - Manzana P: 10.13%, G: 32.93%, HC: 56.95%, Az: 13.07gr Sal: 1.33gr, AGS: 3.58gr, 407.21 Kcal	1 - Emblanque de rosada con arroz - Omelet - Tomate aliñado con aceitunas - Fruta: plátano P: 17.00%, G: 38.69%, HC: 44.31%, Az: 24.84gr Sal: 1.16gr, AGS: 3.74gr, 420.73 Kcal	2 - Arroz hervido con tomate - Pollo al horno especiado - Zanahoria hervida - Manzana P: 13.86%, G: 31.30%, HC: 54.84%, Az: 13.45gr Sal: 1.12gr, AGS: 2.10gr, 416.66 Kcal	3 - Crema de verduras - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Ensalada de brotes tiernos, tomate y manzana - Pera P: 8.74%, G: 47.69%, HC: 43.57%, Az: 20.47gr Sal: 0.47gr, AGS: 2.99gr, 392.13 Kcal

F. Cáscara /
 Apio /
 Mostaza /
 Sésamo /
 SO2 /
 Moluscos /
 Altramuces /
 Gluten /
 Crustáceos /
 Huevos /
 Pescados /
 Cacahuets /
 Soja /
 Lácteos

* NOTA INFORMATIVA PARA PADRES Y MADRES

La fruta podrá ser sustituida por zumo de naranja ecológica natural u otra fruta debido a las fluctuaciones del mercado de temporada.

Cátering El Cantaro. Tlf.: 951 10 27 48 - Ramón Hernández, 15. Polígono Villarosa. 29004 Málaga.