

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
29	30	31	1	2
5	6	7 - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Pasta sin gluten con tomate y queso - Fruta fresca - Pan blanco ecológico P: 8.11%, G: 30.59%, HC: 61.30%, Az: 15.38gr Sal: 1.53gr, AGS: 2.64gr, 389.69 Kcal	8 - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Rosada al horno - Lechuga aliñada - Fruta fresca - Pan ecológico integral 100% P: 25.88%, G: 28.14%, HC: 45.97%, Az: 14.57gr Sal: 1.72gr, AGS: 1.89gr, 431.71 Kcal	9 - Crema de calabacín y puerros - Hamburguesa de pollo al horno en salsa de zanahoria, pimientos y cebolla - Arroz hervido - Fruta fresca - Pan blanco ecológico P: 15.64%, G: 28.36%, HC: 56.00%, Az: 15.57gr Sal: 1.90gr, AGS: 3.14gr, 547.72 Kcal
12 - Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria v.1 - Merluza guisada en salsa verde - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico P: 15.09%, G: 30.76%, HC: 54.15%, Az: 28.50gr Sal: 1.04gr, AGS: 2.30gr, 462.00 Kcal	13 - Ensalada de lechuga, tomate, maíz y aceitunas - Pasta sin gluten con salsa de tomate, zanahoria, cebolla, pimiento y queso - Mandarina - Pan blanco ecológico P: 9.12%, G: 35.82%, HC: 55.06%, Az: 13.45gr Sal: 1.34gr, AGS: 3.44gr, 425.19 Kcal	14 - Sopa minestrone - vegetal - Bacalao frito v2 - Crudités de zanahoria - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico P: 21.42%, G: 20.66%, HC: 57.92%, Az: 30.65gr Sal: 0.65gr, AGS: 1.13gr, 365.75 Kcal	15 - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1 - Pavo al horno - Tomate aliñado con aceitunas - Naranja - Pan blanco ecológico P: 16.16%, G: 41.35%, HC: 42.49%, Az: 11.93gr Sal: 1.32gr, AGS: 2.37gr, 450.41 Kcal	16 - Arroz hervido con ajo, aove y sal - Contramuslo de pollo al horno con salsa de tomate - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Manzana - Pan blanco ecológico P: 14.03%, G: 33.75%, HC: 52.22%, Az: 10.35gr Sal: 1.09gr, AGS: 2.47gr, 455.54 Kcal
19 - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones - Pavo guisado con salsa de cebolla y ajo - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico P: 13.15%, G: 35.28%, HC: 51.57%, Az: 27.47gr Sal: 0.85gr, AGS: 2.39gr, 503.99 Kcal	20 - Ensalada de lechuga, pepino, zanahoria, maíz y queso fresco v1 - Pasta sin gluten con tomate y atún - Yogurt natural - Pan blanco ecológico P: 13.33%, G: 32.66%, HC: 54.02%, Az: 20.34gr Sal: 2.01gr, AGS: 5.21gr, 478.16 Kcal	21 - Cazuela de arroz con patata, limanda, guisantes y zanahoria - Pollo al horno - Tomate aliñado - Manzana - Pan blanco ecológico P: 21.02%, G: 29.31%, HC: 49.68%, Az: 12.67gr Sal: 1.45gr, AGS: 2.06gr, 446.09 Kcal	22 - Arroz hervido con tomate - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Ensalada de brotes tiernos, tomate y manzana - Pera - Pan ecológico integral 100% P: 14.75%, G: 30.81%, HC: 54.44%, Az: 13.69gr Sal: 1.24gr, AGS: 2.45gr, 471.52 Kcal	23 - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1 - Pollo al horno - Queso fresco - Naranja - Pan blanco ecológico P: 26.81%, G: 29.11%, HC: 44.08%, Az: 10.91gr Sal: 1.61gr, AGS: 3.48gr, 422.11 Kcal
26 - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Arroz hervido - Pera - Pan blanco ecológico P: 14.75%, G: 26.27%, HC: 58.98%, Az: 17.15gr Sal: 1.18gr, AGS: 2.14gr, 483.41 Kcal	27 - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y maíz - Pasta sin gluten con tomate, ternera y queso - Manzana - Pan blanco ecológico P: 10.07%, G: 30.79%, HC: 59.14%, Az: 13.78gr Sal: 1.47gr, AGS: 3.12gr, 428.15 Kcal	28 - Arroz guisado con pollo v.1 - Pollo al horno - Tomate y pepino aliñado v1 - Pera - Pan blanco ecológico P: 21.67%, G: 23.67%, HC: 54.66%, Az: 13.60gr Sal: 1.19gr, AGS: 1.82gr, 454.42 Kcal	29 - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y calabacín - Bacalao al horno con ajo - Ensalada de brotes tiernos, tomate y queso fresco - Fruta: plátano - Pan ecológico integral 100% P: 17.98%, G: 33.51%, HC: 48.51%, Az: 27.66gr Sal: 1.06gr, AGS: 3.29gr, 486.04 Kcal	30 - Potaje de garbanzos con espinacas - Merluza al horno - Crudités de zanahoria - Naranja - Pan blanco ecológico P: 22.33%, G: 25.55%, HC: 52.12%, Az: 14.36gr Sal: 1.71gr, AGS: 1.48gr, 402.09 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.