

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
29	30	31	1	2
5	6	7 - Lechuga con maíz, zanahoria y huevo duro - Pasta con tomate y queso - Fruta fresca - Pan blanco ecológico P: 12.79%, G: 28.74%, HC: 58.47%, Az: 17.50gr Sal: 1.75gr, AGS: 3.59gr, 457.67 Kcal	8 - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Omelet - Lechuga aliñada - Fruta fresca - Pan ecológico integral 100% P: 21.25%, G: 30.45%, HC: 48.30%, Az: 15.48gr Sal: 2.12gr, AGS: 3.02gr, 419.90 Kcal	9 - Crema de calabacín y puerros - Hamburguesa de pollo al horno en salsa de zanahoria, pimientos y cebolla - Cus cus hervido - Fruta fresca - Pan blanco ecológico P: 18.17%, G: 32.59%, HC: 49.23%, Az: 15.57gr Sal: 1.89gr, AGS: 3.07gr, 482.77 Kcal
12 - Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria v.1 - Pollo al horno - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico P: 16.91%, G: 31.35%, HC: 51.75%, Az: 28.06gr Sal: 0.96gr, AGS: 2.46gr, 473.88 Kcal	13 - Ensalada de lechuga, tomate, huevo duro, maíz y aceitunas v1 - Lacitos con salsa de tomate, zanahoria, cebolla, pimiento y queso v2 - Mandarina - Pan blanco ecológico P: 13.22%, G: 36.40%, HC: 50.37%, Az: 14.17gr Sal: 1.51gr, AGS: 4.39gr, 465.06 Kcal	14 - Sopa minestrone con fideos - Pavo al horno - Crudivés de zanahoria - Fruta: plátano - Pan blanco ecológico P: 16.60%, G: 25.88%, HC: 57.52%, Az: 28.95gr Sal: 0.76gr, AGS: 1.36gr, 411.57 Kcal	15 - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Tomate aliñado con aceitunas - Naranja - Pan ecológico integral 100% P: 12.41%, G: 37.44%, HC: 50.15%, Az: 14.85gr Sal: 1.98gr, AGS: 3.22gr, 479.41 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, 465.54 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 con tomate - Yogurt natural - Pan blanco ecológico P: 12.43%, G: 32.65%, HC: 54.93%, Az: 19.62gr Sal: 1.52gr, AGS: 5.20gr, 477.41 Kcal	21 - Crema de calabacín - Huevos revueltos - Tomate aliñado - Manzana - Pan blanco ecológico P: 14.06%, G: 44.21%, HC: 41.73%, Az: 13.12gr Sal: 1.10gr, AGS: 2.86gr, 337.71 Kcal	22 - Arroz hervido con tomate - Pollo al horno - Ensalada de brotes tiernos, tomate y manzana - Pera - Pan ecológico integral 100% P: 16.66%, G: 26.82%, HC: 56.52%, Az: 14.12gr Sal: 1.12gr, AGS: 2.04gr, 453.95 Kcal	23 - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1 - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Queso fresco - Naranja - Pan blanco ecológico P: 16.20%, G: 37.21%, HC: 46.59%, Az: 13.16gr Sal: 1.31gr, AGS: 4.54gr, 509.41 Kcal
26 - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Cus cus hervido - Pera - Pan blanco ecológico P: 17.50%, G: 30.75%, HC: 51.76%, Az: 17.15gr Sal: 1.17gr, AGS: 2.07gr, 418.46 Kcal	27 - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro - Macarrones con tomate, ternera y queso - Manzana - Pan blanco ecológico P: 14.16%, G: 32.10%, HC: 53.74%, Az: 14.50gr Sal: 1.59gr, AGS: 4.06gr, 464.27 Kcal	28 - Arroz guisado con pollo v.1 - Omelet - Macarones con tomate - Tomate y pepino aliñado v1 - Pera - Pan blanco ecológico P: 17.18%, G: 29.40%, HC: 53.42%, Az: 14.20gr Sal: 1.59gr, AGS: 3.30gr, 472.57 Kcal	29 - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y calabacín - Pavo al ajillo al horno - Ensalada de brotes tiernos, tomate y queso fresco - Fruta: plátano - Pan ecológico integral 100% P: 15.70%, G: 42.77%, HC: 41.53%, Az: 29.18gr Sal: 1.02gr, AGS: 3.81gr, 572.40 Kcal	30 - Potaje de garbanzos con espinacas - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Crudivés de zanahoria - Naranja - Pan blanco ecológico P: 15.26%, G: 28.72%, HC: 56.02%, Az: 17.06gr Sal: 1.28gr, AGS: 2.07gr, 467.99 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.