

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>27</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guiso de patatas con lentejas, zanahoria, calabacín y berenjena</li> <li>- Rosada al horno</li> <li>- Lechuga aliñada</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 23.20%, G: 24.39%, HC: 52.42%, Az: 26.35gr Sal: 1.70gr, AGS: 1.95gr, 494.40 Kcal</p>	<p><b>28</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, huevo duro, zanahoria, maíz y naranja</li> <li>- Coditos integrales con salsa de tomate, zanahoria, cebolla, pimiento y queso</li> <li>- Manzana</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 13.21%, G: 36.31%, HC: 50.48%, Az: 17.86gr Sal: 1.67gr, AGS: 4.44gr, 468.52 Kcal</p>	<p><b>29</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de calabacín y puerros con queso</li> <li>- Merluza guisada en salsa verde</li> <li>- Patatas panaderas con pimientos al horno v.1</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 16.82%, G: 28.00%, HC: 55.18%, Az: 27.64gr Sal: 1.08gr, AGS: 2.88gr, 456.16 Kcal</p>	<p><b>30</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guiso de judías blancas con patata, tomate, zanahoria, cebolla y pimiento</li> <li>- Tortilla de patata con cebolla v1</li> <li>- Tomate aliñado con maíz</li> <li>- Pera</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 12.11%, G: 37.80%, HC: 50.09%, Az: 17.01gr Sal: 1.71gr, AGS: 3.04gr, 441.29 Kcal</p>	<p><b>1</b></p>
<p><b>4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria v.1</li> <li>- Guiso de patatas con lentejas, zanahoria y pimiento</li> <li>- Queso fresco</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 14.53%, G: 30.02%, HC: 55.45%, Az: 28.31gr Sal: 1.68gr, AGS: 3.88gr, 490.67 Kcal</p>	<p><b>5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de espirales con huevo duro, maíz, zanahoria y aceitunas</li> <li>- Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2</li> <li>- Lechuga aliñada</li> <li>- Pera</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 18.43%, G: 32.63%, HC: 48.93%, Az: 14.67gr Sal: 1.64gr, AGS: 3.53gr, 524.49 Kcal</p>	<p><b>6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz integral hervido con tomate</li> <li>- Tortilla francesa</li> <li>- Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras</li> <li>- Naranja</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 10.87%, G: 46.74%, HC: 42.39%, Az: 9.16gr Sal: 0.80gr, AGS: 3.90gr, 475.32 Kcal</p>	<p><b>7</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de espinacas, calabacín y cebolla</li> <li>- Merluza al horno</li> <li>- Patatas gajo especiadas al horno v1</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 15.59%, G: 35.09%, HC: 49.32%, Az: 26.36gr Sal: 1.14gr, AGS: 2.56gr, 451.49 Kcal</p>	<p><b>8</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Potaje de garbanzos con espinacas</li> <li>- Tortilla de patata con calabacín ta v2</li> <li>- Ensalada de brotes tiernos, tomate y queso fresco</li> <li>- Manzana</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 14.01%, G: 36.16%, HC: 49.83%, Az: 15.90gr Sal: 1.49gr, AGS: 3.53gr, 525.77 Kcal</p>
<p><b>11</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria v.1</li> <li>- Salmon al horno a la naranja v1</li> <li>- Patatas panaderas con pimientos al horno v.1</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 17.87%, G: 35.53%, HC: 46.60%, Az: 29.03gr Sal: 4.02gr, AGS: 3.16gr, 534.75 Kcal</p>	<p><b>12</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro</li> <li>- Pasta integral con tomate</li> <li>- Manzana</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 12.84%, G: 32.28%, HC: 54.87%, Az: 13.30gr Sal: 1.30gr, AGS: 2.63gr, 388.76 Kcal</p>	<p><b>13</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guiso de patatas con lentejas, zanahoria y pimiento</li> <li>- Tortilla de patata con cebolla v1</li> <li>- Ensalada de brotes tiernos, tomate y manzana</li> <li>- Manzana</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 13.62%, G: 37.97%, HC: 48.41%, Az: 16.96gr Sal: 2.30gr, AGS: 3.58gr, 543.75 Kcal</p>	<p><b>14</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz hervido con tomate</li> <li>- Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2</li> <li>- Ensalada de lechuga, tomate y huevo duro.</li> <li>- Mandarina</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 17.46%, G: 33.84%, HC: 48.69%, Az: 8.98gr Sal: 1.47gr, AGS: 3.46gr, 492.20 Kcal</p>	<p><b>15</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de calabacín y puerros con queso</li> <li>- Ensalada de garbanzos crujientes con lechuga, maíz y zanahoria</li> <li>- Tomate aliñado</li> <li>- Yogurt</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 14.64%, G: 31.82%, HC: 53.55%, Az: 23.85gr Sal: 1.23gr, AGS: 3.96gr, 456.47 Kcal</p>
<p><b>18</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones</li> <li>- Rosada al horno con cebolla y tomillo v2</li> <li>- Patatas gajo especiadas al horno v1</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 18.77%, G: 26.70%, HC: 54.53%, Az: 26.83gr Sal: 0.96gr, AGS: 2.03gr, 459.09 Kcal</p>	<p><b>19</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, huevo duro, zanahoria, maíz y naranja</li> <li>- Pasta integral con tomate, atun y queso</li> <li>- Manzana</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 13.82%, G: 33.71%, HC: 52.68%, Az: 17.93gr Sal: 2.12gr, AGS: 4.16gr, 447.97 Kcal</p>	<p><b>20</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guiso de judías blancas con patata, tomate, zanahoria, cebolla y pimiento</li> <li>- Tortilla de patata con calabacín ta v2</li> <li>- Ensalada de lechuga, pepino y queso fresco</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 12.66%, G: 30.73%, HC: 56.61%, Az: 28.37gr Sal: 0.80gr, AGS: 3.13gr, 484.76 Kcal</p>	<p><b>21</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz hervido con ajo, aove y sal v.1</li> <li>- Garbanzos, calabaza, cebolla, zanahoria y pimiento rojo guisado al curry</li> <li>- Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria</li> <li>- Mandarina</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 10.09%, G: 31.16%, HC: 58.75%, Az: 11.37gr Sal: 0.82gr, AGS: 2.32gr, 492.01 Kcal</p>	<p><b>22</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cazuela de fideos con patata, limanda, guisantes y zanahoria</li> <li>- Tortilla francesa</li> <li>- Tomate y pepino aliñado v1</li> <li>- Pera</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 14.45%, G: 40.88%, HC: 44.67%, Az: 14.87gr Sal: 1.15gr, AGS: 3.49gr, 483.73 Kcal</p>
<p><b>25</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2</li> <li>- Merluza al horno</li> <li>- Patatas panaderas con pimientos al horno v.1</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 15.38%, G: 31.90%, HC: 52.72%, Az: 27.70gr Sal: 1.06gr, AGS: 2.06gr, 429.94 Kcal</p>	<p><b>26</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de espirales con maíz, zanahoria, atún y aceitunas.</li> <li>- Tortilla francesa</li> <li>- Lechuga aliñada</li> <li>- Pera</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 11.37%, G: 41.97%, HC: 46.66%, Az: 13.81gr Sal: 0.94gr, AGS: 3.76gr, 486.35 Kcal</p>	<p><b>27</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas</li> <li>- Guiso de patatas con lentejas, zanahoria y pimiento</li> <li>- Queso fresco</li> <li>- Fruta: plátano</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 13.70%, G: 34.10%, HC: 52.20%, Az: 27.92gr Sal: 1.56gr, AGS: 4.30gr, 515.62 Kcal</p>	<p><b>28</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz integral hervido con tomate</li> <li>- Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2</li> <li>- Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas</li> <li>- Mandarina</li> <li>- <b>Pan ecológico integral 100%</b></li> </ul> <p>P: 16.49%, G: 41.51%, HC: 42.00%, Az: 9.17gr Sal: 1.24gr, AGS: 3.06gr, 457.47 Kcal</p>	<p><b>29</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Potaje de garbanzos con espinacas</li> <li>- Tortilla de patata con cebolla v1</li> <li>- Ensalada de brotes tiernos, tomate y queso fresco</li> <li>- Naranja</li> <li>- <b>Pan blanco ecológico</b></li> </ul> <p>P: 14.24%, G: 36.58%, HC: 49.18%, Az: 14.92gr Sal: 2.39gr, AGS: 3.92gr, 524.51 Kcal</p>

 F. Cáscara / 
  Apio / 
  Mostaza / 
  Sésamo / 
  SO2 / 
  Moluscos / 
  Altramucos / 
  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.