

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>27</b> - Guiso de patatas con lentejas, zanahoria, calabacín y berenjena - Pinchitos de pollo al horno en salsa de pimienta y cebolla - Lechuga aliñada - Fruta: plátano <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 24.77%, G: 19.95%, HC: 55.28%, Az: 27.46gr Sal: 1.72gr, AGS: 1.63gr, 483.75 Kcal	<b>28</b> - Ensalada de lechuga, huevo duro, zanahoria, maíz y naranja - Coditos integrales con salsa de tomate, zanahoria, cebolla, pimienta y queso - Manzana <b>- Pan ecológico integral 100%</b> P: 13.21%, G: 36.31%, HC: 50.48%, Az: 17.86gr Sal: 1.67gr, AGS: 4.44gr, 468.52 Kcal	<b>29</b> - Crema de calabacín y puerros con queso - Merluza guisada en salsa verde - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 16.82%, G: 28.00%, HC: 55.18%, Az: 27.64gr Sal: 1.08gr, AGS: 2.88gr, 456.16 Kcal	<b>30</b> - Guiso de judías blancas con patata, tomate, zanahoria, cebolla y pimienta - Tortilla de patata con cebolla v1 - Tomate aliñado con maíz - Pera <b>- Pan ecológico integral 100%</b> P: 12.11%, G: 37.80%, HC: 50.09%, Az: 17.01gr Sal: 1.71gr, AGS: 3.04gr, 441.29 Kcal	<b>1</b>
<b>4</b> - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria v.1 - Guiso de patatas con lentejas, zanahoria y pimienta - Queso fresco - Fruta: plátano <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 14.53%, G: 30.02%, HC: 55.45%, Az: 28.31gr Sal: 1.68gr, AGS: 3.88gr, 490.67 Kcal	<b>5</b> - Ensalada de espirales con huevo duro, maíz, zanahoria y aceitunas - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Lechuga aliñada - Pera <b>- Pan ecológico integral 100%</b> P: 18.43%, G: 32.63%, HC: 48.93%, Az: 14.67gr Sal: 1.64gr, AGS: 3.53gr, 524.49 Kcal	<b>6</b> - Arroz integral hervido con tomate - Tortilla francesa - Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras - Naranja <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 10.87%, G: 46.74%, HC: 42.39%, Az: 9.16gr Sal: 0.80gr, AGS: 3.90gr, 475.32 Kcal	<b>7</b> - Crema de espinacas, calabacín y cebolla - Merluza al horno - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano <b>- Pan ecológico integral 100%</b> P: 15.59%, G: 35.09%, HC: 49.32%, Az: 26.36gr Sal: 1.14gr, AGS: 2.56gr, 451.49 Kcal	<b>8</b> - Potaje de garbanzos con espinacas - Tortilla de patata con calabacín v2 - Ensalada de brotes tiernos, tomate y queso fresco - Manzana <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 14.01%, G: 36.16%, HC: 49.83%, Az: 15.90gr Sal: 1.49gr, AGS: 3.53gr, 525.77 Kcal
<b>11</b> - Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria v.1 - Salmon al horno a la naranja v1 - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 17.87%, G: 35.53%, HC: 46.60%, Az: 29.03gr Sal: 4.02gr, AGS: 3.16gr, 534.75 Kcal	<b>12</b> - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro - Pasta integral con tomate, ternera y queso - Manzana <b>- Pan ecológico integral 100%</b> P: 14.82%, G: 34.15%, HC: 51.03%, Az: 15.00gr Sal: 1.61gr, AGS: 4.20gr, 459.18 Kcal	<b>13</b> - Guiso de patatas con lentejas, zanahoria y pimienta - Tortilla de patata con cebolla v1 - Ensalada de brotes tiernos, tomate y manzana - Manzana <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 13.62%, G: 37.97%, HC: 48.41%, Az: 16.96gr Sal: 2.30gr, AGS: 3.58gr, 543.75 Kcal	<b>14</b> - Arroz hervido con tomate - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Ensalada de lechuga, tomate y huevo duro. - Mandarina <b>- Pan ecológico integral 100%</b> P: 17.46%, G: 33.84%, HC: 48.69%, Az: 8.98gr Sal: 1.47gr, AGS: 3.46gr, 492.20 Kcal	<b>15</b> - Crema de calabacín y puerros con queso - Ensalada de garbanzos crujientes con lechuga, maíz y zanahoria - Tomate aliñado - Yogurt <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 14.64%, G: 31.82%, HC: 53.55%, Az: 23.85gr Sal: 1.23gr, AGS: 3.96gr, 456.47 Kcal
<b>18</b> - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones - Rosada al horno con cebolla y tomillo v2 - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 18.77%, G: 26.70%, HC: 54.53%, Az: 26.83gr Sal: 0.96gr, AGS: 2.03gr, 459.08 Kcal	<b>19</b> - Ensalada de lechuga, huevo duro, zanahoria, maíz y naranja - Pasta integral con tomate, atun y queso - Manzana <b>- Pan ecológico integral 100%</b> P: 13.82%, G: 33.71%, HC: 52.68%, Az: 17.93gr Sal: 2.12gr, AGS: 4.16gr, 447.97 Kcal	<b>20</b> - Guiso de judías blancas con patata, tomate, zanahoria, cebolla y pimienta - Tortilla de patata con calabacín v2 - Ensalada de lechuga, pepino y queso fresco - Fruta: plátano <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 12.66%, G: 30.73%, HC: 56.61%, Az: 28.37gr Sal: 0.80gr, AGS: 3.13gr, 484.76 Kcal	<b>21</b> - Arroz hervido con ajo, aove y sal v.1 - Garbanzos, calabaza, cebolla, zanahoria y pimienta rojo guisado al curry - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Mandarina <b>- Pan ecológico integral 100%</b> P: 10.09%, G: 31.16%, HC: 58.75%, Az: 11.37gr Sal: 0.82gr, AGS: 2.32gr, 492.01 Kcal	<b>22</b> - Cazuela de fideos con patata, limanda, guisantes y zanahoria - Tortilla francesa - Tomate y pepino aliñado v1 - Pera <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 14.45%, G: 40.88%, HC: 44.67%, Az: 14.87gr Sal: 1.15gr, AGS: 3.49gr, 483.73 Kcal
<b>25</b> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Merluza al horno - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 15.38%, G: 31.90%, HC: 52.72%, Az: 27.70gr Sal: 1.06gr, AGS: 2.26gr, 429.94 Kcal	<b>26</b> - Ensalada de espirales con maíz, zanahoria, atún y aceitunas. - Tortilla francesa - Lechuga aliñada - Pera <b>- Pan ecológico integral 100%</b> P: 11.37%, G: 41.97%, HC: 46.66%, Az: 13.81gr Sal: 0.94gr, AGS: 3.76gr, 486.35 Kcal	<b>27</b> - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas - Guiso de patatas con lentejas, zanahoria y pimienta - Queso fresco - Lechuga aliñada - Fruta: plátano <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 13.70%, G: 34.10%, HC: 52.20%, Az: 27.92gr Sal: 1.56gr, AGS: 4.30gr, 515.62 Kcal	<b>28</b> - Arroz integral hervido con tomate - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas - Mandarina <b>- Pan ecológico integral 100%</b> P: 16.49%, G: 41.51%, HC: 42.00%, Az: 9.17gr Sal: 1.24gr, AGS: 3.06gr, 457.47 Kcal	<b>29</b> - Potaje de garbanzos con espinacas - Tortilla de patata con cebolla v1 - Ensalada de brotes tiernos, tomate y queso fresco - Naranja <b>- Pan blanco ecológico</b> P: 14.24%, G: 36.58%, HC: 49.18%, Az: 14.92gr Sal: 2.39gr, AGS: 3.92gr, 524.51 Kcal

 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.