



(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
		1 Patatas marinera Tortilla de queso con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Seafaring potatoes Cheese omelette with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)	2 Alubias blancas estofadas Lacón a la gallega con patatas cocidas Fruta y pan Stewed white beans Lacón pork shoulder with potatoes with boiled potatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	3 Arroz napolitana Merluza al horno con zanahorias salteadas Yogur y pan Neapolitan rice Baked hake with sautéed carrots Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Fruta)	4 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Dairy (* 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta)	5 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Legumes and Fruit (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	Kcal: 639 HC: 81 Prot: 30 Lip: 26
6 Lentejas a la jardinera Huevos revueltos con jamón con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna verde) Fruta y pan Vegetables lentils Scrambled eggs with ham with green salad (lettuce, green peppers & green olives) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)	7 Arroz milanesa Fogonero al horno con pisto Fruta y pan Milanese rice Baked pollack with ratatouille Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos)	8 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Verdura y Lácteos)	9 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al limón con patatas fritas Fruta y pan Cream of zucchini soup Lemon chicken drumsticks with french fries Fruit and bread (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	10 Coditos gratinados Bacalao al horno con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Grilled pasta Baked cod with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta)	11 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Fruit (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos)	12 (**) 1º Arroz 2º Embutido / Carne Grasa con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta)	Kcal: 708 HC: 82 Prot: 36 Lip: 30
13 Coliflor gratinada Estofado de ternera con patatas dado Fruta y pan Cauliflower au gratin Beef stew with diced potatoes Fruit and bread (* 1º Patatas 2º Precocinados con Verdura y Lácteos)	14 Judías pintas estofadas Tortilla de patatas con lechuga y olivas negras Fruta y pan Stewed pinto beans Spanish potato omelette with lettuce & olives Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Pasta y Lácteos)	15 Espaguetis carbonara Ventresca a la andaluza con lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Spaghetti in carbonara sauce Andalusian style hake with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos)	16 <b>JORNADA EGIPCIA</b> Chana masala Karahi de pollo con arroz salteado Lassi de plátano y pan Chana Masala Chicken Karahi with sautéed rice Banana Lassi and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)	17 <b>FESTIVO</b> (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)	18 (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta)	19 (**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Pasta 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)	Kcal: 740 HC: 89 Prot: 35 Lip: 30
20 <b>FESTIVO</b> (**) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Potatoes 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)	21 Paella mixta Tortilla de jamón york con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Yogur y pan Mixed paella Cooked ham omelette with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Arroz y Fruta)	22 Crema de zanahoria y calabaza Abadejo a la romana con ensalada César Fruta y pan Cream of carrot & butterkin squash soup Battered & fried haddock with Caesar salad Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Carne Magra con Arroz y Fruta)	23 Sopa de picadillo Escalope a la milanesa con patatas fritas Fruta y pan Broth with ham & egg bits Milanese style breaded steak with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)	24 Lentejas estofadas Jamoncitos de pollo a la riojana con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Lentil stew Rioja style chicken drumsticks with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)	25 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Legumes and Fruit (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	26 (**) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Ready cooked with Pasta and Dairy (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)	Kcal: 749 HC: 84 Prot: 33 Lip: 32
27 Judías verdes rehogadas Albóndigas a la jardinera con champiñones Fruta y pan Sautéed green beans Meatballs with vegetables with mushrooms Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Precocinados con Patatas y Fruta)	28 Macarrones con chorizo Palometa con tomate con pisto Fruta y pan Macaroni with chorizo sausage Pomfret with tomato sauce with ratatouille Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos)	29 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	30 Arroz negro Huevos gratinados con tomate Fruta y pan Black rice Eggs au gratin with tomato Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos)	31 Crema de verduras Merluza a la romana con lechuga, zanahoria y maíz Yogur y pan Cream of vegetable soup Battered & fried hake with lettuce, carrot & sweetcorn Yoghurt and bread (* 1º Legumbres 2º Carne Magra con Pasta y Fruta)			Kcal: 711 HC: 82 Prot: 34 Lip: 24