



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
			1 Lentejas a la jardinera Abadejo a la romana con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Vegetables lentils Battered & fried haddock with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos	2 Arroz a banda Huevos gratinados con bechamel con champiñones Fruta y pan Rice "a banda" Eggs au gratin with white sauce with mushrooms Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos	3 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Legumes and Fruit (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	4 (**) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta (**) 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	Kcal: 720 HC: 89 Prot: 36 Lip: 27
5 Menestra de verdura rehogada Albóndigas en salsa con lechuga y maíz Yogur y pan Braised minestrone Meatballs in gravy with lettuce & sweetcorn Yoghurt and bread (* 1º Pasta 2º Huevos con Arroz y Fruta	6 Lentejas a la castellana Lacón a la gallega con patatas asadas Fruta y pan Castellana style lentils Lacón pork shoulder with potatoes with baked potatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	7 Arroz milanesa Ventresca de merluza en salsa verde con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Helado y pan Milanese rice Hake in green sauce with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	8 Alubias blancas estofadas Filete de pollo con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Stewed white beans Chicken steak with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Legumbres y Lácteos	9 Espirales gratinados Tortilla de calabacín con ensalada hortelana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan Spirals au gratin Zucchini omelette with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	10 (**) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	11 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Pasta and Dairy (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	Kcal: 659 HC: 78 Prot: 30 Lip: 25
12 Patatas a la riojana Palometa rebozada con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Yogur y pan Riojana style potatoes Breaded pomfret with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	13 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	14 Fideuá Tortilla de queso con lechuga y pepino Fruta y pan Fideua (fine paella) Cheese omelette with lettuce & cucumber Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Pasta y Fruta	15 Judías verdes con tomate Jamoncitos de pollo con lechuga y tomate Fruta y pan Green beans with tomatoes Chicken drumsticks with lettuce & tomatoes Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Patatas y Lácteos	16 Arroz con tomate Merluza andaluza con guisantes Helado y pan Rice with tomato sauce Andalusian style hake with peas Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	17 (**) 1º Arroz 2º Precocinados con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Ready cooked with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	18 (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	Kcal: 723 HC: 81 Prot: 35 Lip: 30
19 Sopa de picadillo Cinta de lomo con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Broth with ham & egg bits Pork loin with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	20 Lentejas a la riojana Rabas de calamar con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Yogur y pan Rioja style lentils Squid strips with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta	21 Macarrones boloñesa Tortilla de jamón york con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan Macaroni bolognese Cooked ham omelette with tricolor salad (lettuce, carrots & sweetcorn) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	22 COMIDA ESPECIAL FIN CURSO Croquetitas de jamón y miniempanadillas con patatas Perrito completo con ensalada César Postre Especial y Pan y refrescos Ham croquette & meat pastries with potatoes Hot dog with the works with Caesar salad Special desserts and bread & soft drink (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	23 (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	24 (**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (**) 1º Legumes 2º Lean Meat with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	25 (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	Kcal: 879 HC: 90 Prot: 36 Lip: 45
26 (**) 1º Pasta 2º Embutido / Carne Grasa con Verdura y Lácteos (**) 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta	27 (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	28 (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	29 (**) 1º Patatas 2º Precocinados con Verdura y Lácteos (**) 1º Potatoes 2º Ready cooked with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta	30 (**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Lean Meat with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta			Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0