

[Empty box]

[Empty box]

[Empty box]

JUEVES 1
Macarrones con Bacon
Abadejo Encebollado
Ens de Lechuga y Tomate
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
824 Kcal. 17,5% Prot. 39,7% H.C. 42,9% Lip.

VIERNES 2
Ensaladilla Rusa
Blanqueta de Magro
Verduritas Dado
Fruta Temporada, Pan y Agua
795 Kcal. 16,2% Prot. 56,5% H.C. 27% Lip.

LUNES 5
Fideua
Hamburguesa a la Plancha
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta Temporada, Pan y Agua
748 Kcal. 21,2% Prot. 49,6% H.C. 28,9% Lip.

MARTES 6
Garbanzos Estofados
Medallones de Merluza
Ensalada de Lechuga
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
854 Kcal. 17,3% Prot. 42,6% H.C. 40,1% Lip.

MIÉRCOLES 7
Arroz con Tomate
Huevos a la Villaroy
Ensalada del Chef
Fruta Temporada, Pan y Agua
828 Kcal. 11,6% Prot. 51,3% H.C. 36,7% Lip.

JUEVES 8
Crema de Puerros
Bacalao a la Riojana
Patatas Panadera
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
668 Kcal. 17,7% Prot. 41,2% H.C. 40,5% Lip.

VIERNES 9
Sopa de Fideos
Contramuslo de Pollo
Ensalada Verde
Fruta Temporada, Pan y Agua
630 Kcal. 19,4% Prot. 51,9% H.C. 28,3% Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Lomo

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 12
Espaguetis con Atún
Salchichas Frankfurt
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta Temporada, Pan y Agua
715 Kcal. 14,8% Prot. 41,5% H.C. 43,5% Lip.

MARTES 13
Crema de Coliflor
Pollo a la Pizzaiola
Patatas Fritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
632 Kcal. 16% Prot. 40,8% H.C. 42,8% Lip.

MIÉRCOLES 14
Judías Blancas con Chorizo
Tortilla de Patata
Ensalada de tomate
Fruta Temporada, Pan y Agua
818 Kcal. 15,8% Prot. 32,1% H.C. 51,8% Lip.

JUEVES 15
Salmorejo
Paella Mixta
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
809 Kcal. 11,9% Prot. 53,3% H.C. 34,7% Lip.

VIERNES 16
Sopa de Estrellas
Merluza con Tomate
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Temporada, Pan y Agua
693 Kcal. 16,5% Prot. 41,3% H.C. 41,4% Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Ternera

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

LUNES 19
Arroz con Picadillo
Tortilla Francesa
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta Temporada, Pan y Agua
884 Kcal. 11,2% Prot. 45,6% H.C. 43% Lip.

MARTES 20
Lentejas Guisadas
Bacalao a la Vizcaína
Verduritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
704 Kcal. 24,7% Prot. 49% H.C. 25,6% Lip.

MIÉRCOLES 21
Menestra Rehogada
Albóndigas Guisadas
Patatas Fritas
Fruta Temporada, Pan y Agua
855 Kcal. 17,2% Prot. 44,9% H.C. 37,8% Lip.

JUEVES 22
COMIDA ESPECIAL
DE FIN DE CURSO

VIERNES 23
VACACIONES DE
VERANO

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

LUNES 26
VACACIONES DE
VERANO

MARTES 27
VACACIONES DE
VERANO

MIÉRCOLES 28
VACACIONES DE
VERANO

JUEVES 29
VACACIONES DE
VERANO

VIERNES 30
VACACIONES DE
VERANO

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

EYFS + Primaria

