



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

El valor nutricional está referido al rango de edad de 6 a 9 años

5

Lentejas a la jardinera

Filete de merluza en salsa de limón

Con ensalada

Fruta / pan / agua

Kcal: 533,24; Prot: 34,09; Lip: 9,28; HC: 73,05

6

Arroz blanco con salsa de tomate

Estofado de pollo a la jardinera

Yogur / pan / agua

Kcal: 880,81; Prot: 43,8; Lip: 26,8; HC: 112,9

7

Sopa de cocido con fideos

Cocido completo

Fruta / pan / agua

Kcal: 724,14; Prot: 28,32; Lip: 23,94; HC: 92,32

8

Patatas estofadas con chorizo

Filete de lomo asado al estilo provenzal

Con ensalada

Fruta / pan / agua

Kcal: 613,63; Prot: 36,19; Lip: 21,41; HC: 65,24

9

Fideua con verduras

Tortilla de espinacas

Con ensalada

Piña en almíbar/Pan /Agua

Kcal: 601,75; Prot: 16,86; Lip: 16,73; HC: 95,93

12

Macarrones con picadillo

Guiso de ternera con cebolla estofada

Natillas / pan / agua

Kcal: 675,97; Prot: 39,14; Lip: 27; HC: 69,11

13

Garbanzos estofados con verduras

Empanadillas de atún

Con ensalada

Fruta / pan / agua

Kcal: 598,17; Prot: 30,96; Lip: 18,15; HC: 77,74

14

Crema de calabacín

Pollo asado en su jugo

Con patatas chips

Fruta / pan / agua

Kcal: 670,48; Prot: 36,14; Lip: 22,93; HC: 74,61

15

Arroz murciano

Filete de merluza a la naranja

Con ensalada

Fruta / pan / agua

Kcal: 580,45; Prot: 24,24; Lip: 13,96; HC: 85,69

16

Ensaladilla rusa

Tortilla francesa

Con verduras

Melocotón en almíbar/Pan /Agua

Kcal: 811,37; Prot: 36,45; Lip: 37,49; HC: 95,9

19

Lentejas con verduras

Contramuslo de pollo al limón

Con ensalada

Yogur / pan / agua

Kcal: 750,67; Prot: 35,92; Lip: 27,7; HC: 84,48

20

Espirales con bacon y nata

Calamares a la romana

Con ensalada

Fruta / pan / agua

Kcal: 778,95; Prot: 48,84; Lip: 28,79; HC: 77,9

21

Crema de calabaza

Hamburguesa de ternera completa

Con patatas chips

Fruta / pan / agua

Kcal: 688,73; Prot: 23,8; Lip: 29; HC: 80,39

22

Sopa de cocido con fideos

Cocido completo

Fruta / pan / agua

Kcal: 724,14; Prot: 28,32; Lip: 23,94; HC: 92,32

23

NO LECTIVO

26

NO LECTIVO

27

NO LECTIVO

28

NO LECTIVO

JUEVES SANTO

VIERNES SANTO