



MENU ENERO 2021

CEIP MARIA ZAMBRANO



MENU BASAL

| | LUNES | 4 | MARTES | 5 | MIERCOLES | 6 | JUEVES | 7 | VIERNES | 8 | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
|-----------|---|----|--|----|--|----|---|----|--|----|--|
| 1ª SEMANA | | | | | | | Espirales (G,H*) al estilo italiano (G) (salsa de tomate casero) Croquetas de rustido (L,H*,P,SO*,ML*,FS*,A*,MO*,C,G) Variedad de ensalada Fruta de temporada | | Sopa de verduras (G,H*) Lomo al horno en su jugo Lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 609,4 125,5 43,1 38,3 PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 789,8 144,1 57,2 56,8 |
| | LUNES | 11 | MARTES | 12 | MIERCOLES | 13 | JUEVES | 14 | VIERNES | 15 | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| 2ª SEMANA | Judía verde con patata y aceite de oliva Bistec de pollo al horno Mezcla de setas Fruta de temporada | | Lentejas guisadas con verduras (S) Bacalao al horno (P) Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con champiñones Tortilla de calabacín (H) Lechuga, olivas y soja (SO) Yogurt (L) | | Judías blancas guisadas (S) Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Sopa de caldo con pasta (G,H*) Salchichas de ternera al horno (S) Arroz pilaf Fruta de temporada | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 619,8 96,25 31,9 29,92 PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 815,4 110,5 41,3 46,6 |
| | LUNES | 18 | MARTES | 19 | MIERCOLES | 20 | JUEVES | 21 | VIERNES | 22 | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| 3ª SEMANA | Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con alcachofas Revuelto de jamón y queso (H) Variedad de lechugas Fruta de temporada | | Garbanzos con verduras (S) Salmón a horno (P) Lechuga, olivas y soja (SO) Yogurt (L) | | Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Macarrones (G,H*) con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 604,5 76,2 22,5 23,9 PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 788,9 85,4 29,4 37,2 |
| | LUNES | 25 | MARTES | 26 | MIERCOLES | 27 | JUEVES | 28 | VIERNES | 29 | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| 4ª SEMANA | Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno (S) Patata al horno Fruta de temporada | | Judías blancas guisadas (S) Bacalao al horno (P) con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada | | Sopa de pescado con arroz (P,ML,C) Tortilla de patatas (H) Loncha de queso (L) Yogurt (L) | | Espirales (G,H*) con salsa de tomate Escalopa de pollo (G,L) Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada | | | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 606,1 92,7 33,7 28,5 PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 782,6 102,8 44,5 43,8 |

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA



Una alimentación saludable



(G) (L) (A) (M) (S) (T) (MU)



(P) (A) (M) (S) (T) (MU)



CEIP MARIA ZAMBRANO **MENU ENERO 2021**

MENU SIN CERDO



| | LUNES | 4 | MARTES | 5 | MIERCOLES | 6 | JUEVES | 7 | VIERNES | 8 | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
|-----------|---|----|--|----|---|----|--|----|---|----|--|
| 1ª SEMANA | | | | | | | Espirales al estilo italiano (G) (salsa de tomate casero) Fingers de pollo Variedad de ensalada Fruta de temporada | | Sopa de verduritas Filete de pavo a la plancha Lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 606,9 127,5 42,5 37,2 |
| | | | | | | | | | | | PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 797,5 148,8 58,2 55,7 |
| | | | | | | | | | | | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| | | | | | | | | | | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 608,4 97,6 29,1 29,16 |
| 2ª SEMANA | MARTES | 11 | MARTES | 12 | MIÉRCOLES | 13 | JUEVES | 14 | VIERNES | 15 | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| | Judía verde con patata y aceite de oliva Bistec de pollo al horno Mezcla de setas Fruta de temporada | | Lentejas guisadas con verduras (S) Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con champiñones Tortilla de calabacín (H) Lechuga, olivas y soja (SO) Yogurt (L) | | Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Arroz pilaf Fruta de temporada | | PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 815,4 110,5 41,3 46,6 |
| | | | | | | | | | | | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| | | | | | | | | | | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 620,2 79,04 21,5 25,1 |
| 3ª SEMANA | MARTES | 18 | MARTES | 19 | MIÉRCOLES | 20 | JUEVES | 21 | VIERNES | 22 | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| | Borrajitas con patata Hamburguesa de coliflor y queso (L,H,SE,G) Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con alcachofas Tortilla de patatas Variedad de lechugas Fruta de temporada | | Garbanzos con verduras Salmón a horno Lechuga, olivas y soja (SO) Yogurt (L) | | Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada | | PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 813,1 90,6 28,2 38,4 |
| | | | | | | | | | | | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| | | | | | | | | | | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 612,4 97,7 32,3 27,7 |
| 4ª SEMANA | LUNES | 25 | MARTES | 26 | MIÉRCOLES | 27 | JUEVES | 28 | VIERNES | 29 | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| | Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de ave al horno Patata al horno Fruta de temporada | | Judías blancas guisadas (S) Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada | | Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Loncha de queso Yogurt (L) | | Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada | | | | PRIMARIA (7-12 años) V. Energético Proteína Grasas 785,9 101,7 43,5 44,9 |
| | | | | | | | | | | | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| | | | | | | | | | | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb. Proteína Grasas 612,4 97,7 32,3 27,7 |

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLÓGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA





| | LUNES | 4 | MARTES | 5 | MIÉRCOLES | 6 30 | JUEVES | 7 31 | VIERNES | 8 | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
|-----------|---|---|--|---|--|------|--|------|---|---|--|
| 1ª SEMANA | | | | | | | Espirales al estilo italiano (con salsa de tomate casero) Fingers de pescado Lechuga, zanahoria y tomate Fruta de temporada | | Sopa de verduritas Salmón al horno Lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb Proteína Grasas 604,9 131,9 39,8 36,2 |
| | MARTES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carb Proteína Grasas 813,9 152 53,8 59,5 |
| | MARTES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| | MARTES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb Proteína Grasas 612,2 93,3 33,3 29,6 |
| 2ª SEMANA | Judía verde con patata y aceite de oliva Tortilla de calabacín Mezcla de setas Fruta de temporada | | Lentejas guisadas con verduras Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con champiñones Tortilla de calabacín Lechuga, olivas y soja Yogurt | | Judías blancas guisadas Merluza al horno Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Sopa de caldo vegetal con pasta Hamburguesa de coliflor y queso Arroz pilaf Fruta de temporada | | PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carb Proteína Grasas 804,6 109 41,5 45,6 |
| | MARTES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| | MARTES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb Proteína Grasas 623,4 78,7 22,2 25,3 |
| | MARTES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carb Proteína Grasas 800,7 89,3 27,4 38,1 |
| 3ª SEMANA | Borrajitas con patata Hamburguesa de coliflor y queso Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con alcachofas Tortilla de patatas Variedad de lechugas Fruta de temporada | | Garbanzos con verduras Salmón al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt | | Crema de brócoli, ceba y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Macarrones con salsa de tomate Merluza al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada | | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| | LUNES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb Proteína Grasas 617,4 100,4 31,7 27,4 |
| | LUNES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carb Proteína Grasas 814,7 106,7 40,8 42,2 |
| | LUNES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| 4ª SEMANA | Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Tortilla francesa Patata horno Fruta de temporada | | Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada | | Sopa de pescado con arroz Tortilla de patata Loncha de queso Yogurt | | Espirales con salsa de tomate Colas de rape al horno Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada | | | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb Proteína Grasas 617,4 100,4 31,7 27,4 |
| | LUNES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | PRIMARIA (7-12 años) V. Energéti H. de Carb Proteína Grasas 814,7 106,7 40,8 42,2 |
| | LUNES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO |
| | LUNES | | MARTES | | MIÉRCOLES | | JUEVES | | VIERNES | | INFANTIL (2-6 años) V. Energéti H. de Carb Proteína Grasas 617,4 100,4 31,7 27,4 |

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA



(G) (C) (M) (P) (CA) (SO) (L)



(F) (A) (M) (SE) (S) (T) (ML)



MENU ENERO 2021

CEIP MARIA ZAMBRANO



MENU SIN GLUTEN

| | LUNES | 4 | MARTES | 5 | MIÉRCOLES | 6 | JUEVES | 7 | VIERNES | 8 |
|-----------|---|----|--|----|--|----|---|----|---|----|
| 1ª SEMANA | | | | | | | Espirales (S/G) al estilo italiano (salsa de tomate casero) Fingers de pollo Verduras guisadas Fruta de temporada | | Sopa de verduritas con pasta (S/G) Lomo al horno en su jugo Lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada | |
| | LUNES | 11 | MARTES | 12 | MIÉRCOLES | 13 | JUEVES | 14 | VIERNES | 15 |
| 2ª SEMANA | Judía verde con patata y aceite de oliva Bistec de pollo al horno Mezcla de setas Fruta de temporada | | Lentejas guisadas con verduras Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con champiñones Tortilla de calabacín Lechuga, olivas y soja Yogurt | | Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Sopa de caldo con pasta (S/G) Salchichas de ternera al horno Arroz pilaf Fruta de temporada | |
| | LUNES | 18 | MARTES | 19 | MIÉRCOLES | 20 | JUEVES | 21 | VIERNES | 22 |
| 3ª SEMANA | Borrajás con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con alcachofa Revuelto de jamón y queso Variedad de lechugas Fruta de temporada | | Garbanzos con verduras Salmón al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt | | Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Macarrones (S/G) con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada | |
| | LUNES | 25 | MARTES | 26 | MIÉRCOLES | 27 | JUEVES | 28 | VIERNES | 29 |
| 4ª SEMANA | Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Patata al horno Fruta de temporada | | Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada | | Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Loncha de queso Yogurt | | Pasta S/G con salsa de tomate Pollo rebozado con harina de maíz Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada | | 29 de Enero | |

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIBRADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA





CEIP MARIA ZAMBRANO **MENU ENERO 2021**



MENU SIN LACTOSA

| | LUNES | 4 | MARTES | 5 | MIERCOLES | 6 | JUEVES | 7 | VIERNES | 8 |
|-----------|--|----|--|----|---|----|---|----|---|----|
| 1ª SEMANA | | | | | | | Espirales al estilo italiano (salsa de tomate casero) Fingers de pollo Verduras guisadas Fruta de temporada | | Sopa de verduritas con pasta Lomo al horno en su jugo Lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada | |
| | LUNES | 11 | MARTES | 12 | MIERCOLES | 13 | JUEVES | 14 | VIERNES | 15 |
| 2ª SEMANA | Judía verde con patata y aceite de oliva Bistec de pollo al horno Mezcla de setas Fruta de temporada | | Lentejas guisadas con verduritas Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con champiñones Tortilla de calabacín Lechuga, olivas y soja Yogurt de soja | | Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Arroz pilaf Fruta de temporada | |
| | LUNES | 18 | MARTES | 19 | MIERCOLES | 20 | JUEVES | 21 | VIERNES | 22 |
| 3ª SEMANA | Borrajás con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con alcachofas Revuelto de champiñones Variedad de lechugas Fruta de temporada | | Garbanzos con verduritas Salmón al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt de soja | | Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada | |
| | LUNES | 25 | MARTES | 26 | MIERCOLES | 27 | JUEVES | 28 | VIERNES | 29 |
| 4ª SEMANA | Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Patata horno Fruta de temporada | | Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada | | Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Loncha de queso (S/L) Yogurt de soja | | Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo sin leche Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada | | | |

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIBRIDO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA





MENU ENERO 2021

CEIP MARIA ZAMBRANO



MENU SIN FRUTOS SECOS

| | LUNES | 4 | MARTES | 5 | MIERCOLES | 6 | JUEVES | 7 | VIERNES | 8 |
|-----------|---|----|--|----|--|----|--|----|---|----|
| 1ª SEMANA | | | | | | | Espirales al estilo italiano (salsa de tomate casero) Fingers de pollo Variedad de ensalada Fruta de temporada | | Sopa de verduras Lomo al horno en su jugo Lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada | |
| 2ª SEMANA | LUNES | 11 | MARTES | 12 | MIERCOLES | 13 | JUEVES | 14 | VIERNES | 15 |
| | Judía verde con patata y aceite de oliva Bistec de pollo al horno Mezcla de setas Fruta de temporada | | Lentejas guisadas con verduras Bacalao al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con champiñones Tortilla de calabacín Lechuga, olivas y soja Yogurt | | Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Arroz pilaf Fruta de temporada | |
| 3ª SEMANA | LUNES | 18 | MARTES | 19 | MIERCOLES | 20 | JUEVES | 21 | VIERNES | 22 |
| | Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con alcachofas Revuelto de jamón y queso Variedad de lechugas Fruta de temporada | | Garbanzos con verduras Salmón a horno Lechuga, olivas y soja Yogurt | | Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada | |
| 4ª SEMANA | LUNES | 25 | MARTES | 26 | MIERCOLES | 27 | JUEVES | 28 | VIERNES | 29 |
| | Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva Salchichas de carne mixta al horno Patata al horno Fruta de temporada | | Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada | | Sopa de pescado con arroz Tortilla de patatas Loncha de queso Yogurt | | Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada | | 29 de Enero | |

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINANDO Y ALIBRIDO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA





MENU ENERO 2021

CEIP MARIA ZAMBRANO



MENU SIN PESCADO

| | LUNES | 4 | MARTES | 5 | MIERCOLES | 6 | JUEVES | 7 | VIERNES | 8 |
|-----------|---|----|--|----|---|----|---|----|---|----|
| 1ª SEMANA | | | | | | | Espirales al estilo italiano (salsa de tomate casero) Fingers de pollo Verduras guisadas Fruta de temporada | | Sopa de verduras Lomo al horno en su jugo Lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada | |
| | LUNES | 11 | MARTES | 12 | MIERCOLES | 13 | JUEVES | 14 | VIERNES | 15 |
| 2ª SEMANA | Judía verde con patata y aceite de oliva Bistec de pollo al horno Mezcla de setas Fruta de temporada | | Lentejas guisadas con verduras Filete de pavo al horno Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con champiñones Tortilla de calabacín Lechuga, olivas y soja Yogurt | | Judías blancas guisadas Pollo asado al horno con piña Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Sopa de caldo con pasta Salchichas de ternera al horno Arroz pilaf Fruta de temporada | |
| | LUNES | 18 | MARTES | 19 | MIERCOLES | 20 | JUEVES | 21 | VIERNES | 22 |
| 3ª SEMANA | Borrajitas con patata Hamburguesa de ternera a la plancha Lechuga y zanahoria Fruta de temporada | | Arroz con alcachofas Revuelto de jamón y queso Variedad de lechugas Fruta de temporada | | Garbanzos con verduras Lomo al horno Lechuga, olivas y soja Yogurt | | Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la provenzal Lechuga, pepino y maíz Fruta de temporada | | Macarrones con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja y verduras Fruta de temporada | |
| | LUNES | 25 | MARTES | 26 | MIERCOLES | 27 | JUEVES | 28 | VIERNES | 29 |
| 4ª SEMANA | Judía verde, coliflor y patata con aceite de oliva Salsichas de carne mixta al horno Patata horno Fruta de temporada | | Judías blancas guisadas Pollo al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada | | Sopa de caldo vegetal con arroz Tortilla de patatas Loncha de queso Yogurt | | Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada | | | |

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS Y PASTA INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA



(G) (C) (H) (P) (CA) (SO) (L)



(A) (M) (SE) (S) (T) (ML)