

	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	MACARRONES CON TOMATE (1,3) HUEVOS VILLARROY (1,2,3,4,6,7,9,10,13,14) CHAMPIÑÓN AL AJILLO YOGURT (7)	CREMA DE VERDURA (14) HAMBURGUESA DE TERNERA PURÉ DE PATATA (7) FRUTA	PAELLA DE POLLO (6,7) FILETE MERLUZA SALSA VERDE (1,4) ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA	LENTEJAS BURGALESA (1,6,14) FILETE POLLO A LA PLANCHA ENSALADA CON MAÍZ YOGURT (7)
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
FIDEUA MIXTA (1,3,6,7) VARITAS DE MERLUZA (1,4) ENSALADA CON SOJA (6) FRUTA	CREMA DE VERDURAS (14) RAGOUT DE PAVO PATATAS CUADRO ACTIMEL (7)	ARROZ A LA ANDALUZA (6,7) BACALAO A LA ROMANA (1,3,4) ENSALADA CON REMOLACHA FRUTA	SOPA DE COCIDO (1,3,14) COMPLEMENTO DE COCIDO repollo, patatas, zanahoria Garbanzos, chorizo, ternera (6,14) FRUTA	JUDIAS PINTAS GUIADAS (1,6,14) TORTILLA ESPAÑOLA (3) ENSALADA CON PIÑA YOGURT (7)
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
ARROZ CON VERDURAS ALBÓNDIGAS DE CARNE (1,6) ENSALADA CON SOJA (6) FRUTA	JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS (1,6,14) MERLUZA CON PISTO (4) ENSALADA CON ZANAHORIA ACTIMEL (7)	CREMA DE VERDURAS (14) TORTILLA ESPAÑOLA (3) SALSA DE TOMATE FRUTA	PATATAS A LA RIOJANA (6,7) FILETE POLLO AL LIMÓN (1) ZANAHORIAS BABY FRUTA	LENTEJAS ESTOFADAS (1,6,14) MAGRO CON TOMATE ENSALADA CON MAÍZ YOGURT (7)
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	
FIDEUA MIXTA (1,3,6,7) HUEVOS VILLARROY (1,2,3,4,6,7,9,10,13,14) ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA	CREMA DE CALABACIN (14) PESCADILLA A LA GALLEGA (1,4) PATATAS FRITAS ACTIMEL (7)	SOPA DE COCIDO (1,3,14) COMPLEMENTO DE COCIDO repollo, patatas, zanahoria Garbanzos, chorizo, ternera (6,14) FRUTA	ARROZ CON TOMATE SALMÓN AL HORNO (1,4) ENSALADA CON ACEITUNAS FRUTA	

DANDO CUMPLIMIENTO A LA NORMATIVA 1169/2011 AL CONSUMIDOR PASAMOS A INFORMAR DE LOS 14 ALERGENOS OBLIGATORIOS

1- GLUTEN

4- PESCADO

7- LECHE

10- APIO

13- MOLUSCOS

2- CRUSTACEOS

5- FRUTOS DE CÁSCARA

8- CACAHUETE

11- SESAMO

14- SULFITOS

3- HUEVO

6- SOJA

9- MOSTAZA

12- ALTRAMUCES



Estimados padres:

Les apuntamos las propiedades nutritivas del menú basal.

	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	Kilocal. 783 Proteínas 24 Lípidos 24 H. Carb. 115 Saturadas 6	Kilocal. 821 Proteínas 30 Lípidos 37 H. Carb. 86 Saturadas 7	Kilocal. 708 Proteínas 29 Lípidos 20 H. Carb. 100 Saturadas 6	Kilocal. 725 Proteínas 45 Lípidos 21 H. Carb. 81 Saturadas 4
LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Kilocal. 816 Proteínas 34 Lípidos 26 H. Carb. 108 Saturadas 7	Kilocal. 708 Proteínas 40 Lípidos 23 H. Carb. 80 Saturadas 5	Kilocal. 840 Proteínas 38 Lípidos 25 H. Carb. 112 Saturadas 8	Kilocal. 789 Proteínas 36 Lípidos 28 H. Carb. 92 Saturadas 11	Kilocal. 711 Proteínas 30 Lípidos 11 H. Carb. 91 Saturadas 6
LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Kilocal. 898 Proteínas 26 Lípidos 36 H. Carb. 119 Saturadas 11	Kilocal. 791 Proteínas 41 Lípidos 30 H. Carb. 80 Saturadas 8	Kilocal. 732 Proteínas 24 Lípidos 38 H. Carb. 69 Saturadas 12	Kilocal. 692 Proteínas 41 Lípidos 23 H. Carb. 76 Saturadas 7	Kilocal. 756 Proteínas 49 Lípidos 18 H. Carb. 89 Saturadas 4
LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 31	
Kilocal. 783 Proteínas 28 Lípidos 22 H. Carb. 113 Saturadas 7	Kilocal. 658 Proteínas 31 Lípidos 22 H. Carb. 81 Saturadas 7	Kilocal. 789 Proteínas 36 Lípidos 28 H. Carb. 92 Saturadas 11	Kilocal. 794 Proteínas 32 Lípidos 26 H. Carb. 105 Saturadas 6	

CONSEJO PARA LAS CENAS

	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	VERDURA PESCADO	SOPA POLLO	VERDURA HUEVO	CREMA PESCADO
LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
VERDURA HUEVO	SOPA PESCADO	ENSALADA POLLO	VERDURA CARNE	CREMA PESCADO
LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
VERDURA PESCADO	ENSALADA POLLO	SOPA CARNE	CREMA HUEVO	VERDURA PESCADO
LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 31	
VERDURA PESCADO	SOPA POLLO	CREMA HUEVO	ENSALADA PAVO	