

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
FIESTA DE TODOS LOS SANTOS	LENTEJAS ESTOFADAS (1,14) con verduras TORTILLA ESPAÑOLA (3) ENSALADA DE MAÍZ ACTIMEL (7)	ARROZ CON MAGRO (6,7)  VARITAS DE MERLUZA (1,4) ENSALADA CON SOJA (6) FRUTA	CREMA DE VERDURA (14)  HAMBURGUESA PLANCHA (6,7,9,10,14) PATATAS FRITAS FRUTA	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (1,14)  POLLO EN PEPITORIA (1,3,5) CALABACÍN REBOZADO (1,2,4,7,13) YOGURT (7)
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FIESTA DE LA ALMUDENA	ARROZ CON TOMATE FLAMENQUINES YORK Y QUESO (1,2,3,4,6,7,13,14) ENSALADA CON ZANAHORIA ACTIMEL (7)	ALUBIAS PINTAS (1,14) Guisadas con verduras MAGRO DE CERDO EN SALSA PATATA CUADRO FRUTA	CREMA DE CALABAZA (14)  MERLUZA AL LIMÓN (1,4) ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA	SOPA DE COCIDO (1,3,14) COMPLEMENTO DE COCIDO Repollo, patatas, zanahoria Garbanzos, ternera, chorizo (14) YOGURT (7)
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
CREMA DE JUDÍAS VERDES (14)  FILETE POLLO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA	LENTEJAS ESTOFADAS (1,14) con chorizo VARITAS DE MERLUZA (1,4) ENSALADA CON ACEITUNAS ACTIMEL (7)	CREMA DE VERDURAS (14)  LACÓN A LA GALLEGA (1) ENSALADA CON REMOLACHA FRUTA	ALUBIAS BLANCAS (1,14) Estofadas con verduras ALBÓNDIGAS DE CARNE (1,6) PATATAS CUADRO FRUTA	ARROZ CON POLLO (6,7)  BACALAO MENIER (1,4,7) ENSALADA CON TOMATE YOGURT (7)
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
FIDEUÁ (1,3,6,7)  TORTILLA ESPAÑOLA (3) ENSALADA CON MAÍZ FRUTA	CREMA DE ZANAHORIA (14)  MERLUZA A LA ROMANA (1,3,4) PATATAS FRITAS ACTIMEL (7)	GARBANZOS ESTOFADOS (1,14)  POLLO AL AJILLO (1) ENSALADA CON ACEITUNAS FRUTA	ARROZ CON MAGRO (6,7)  SALCHICHAS PAVO CON TOMATE (6) ZANAHORIA SALTEADA (14) FRUTA	PATATAS GUIADAS (6,7) con chorizo BACALAO SALSA VERDE (1,4) ENSALADA CON TOMATE YOGURT (7)
LUNES 30				
MACARRONES CON ATÚN (1,3,4)  LACÓN A LA GALLEGA (1) ENSALADA CON MAÍZ FRUTA				

DANDO CUMPLIMIENTO A LA NORMATIVA 1169/2011 AL CONSUMIDOR PASAMOS A INFORMARLES DE LOS 14 ALERGENOS DEL MENÚ DEL COMEDOR CON SUS DISTINTAS LEYENDAS

1-GLUTEN

4-PESCADO

7-LECHE

10-APIO

13-MOLUSCOS

2-CRUSTACEOS

5-FRUTOS DE CASCARA

8-CACAHUETES

11-SESAMO

14-SULFITOS

3-HUEVO

6-SOJA

9-MOSTAZA

12-ALTRAMUCES



**Estimados padres:**

Les apuntamos las propiedades nutritivas del menú basal.

<b>LUNES 2</b>	<b>MARTES 3</b>	<b>MIÉRCOLES 4</b>	<b>JUEVES 5</b>	<b>VIERNES 6</b>
	Kilocalorías 667 Lípidos 23 Proteínas 31 Hidratos carbono 81	Kilocalorías 892 Lípidos 36 Proteínas 29 Hidratos carbono 108	Kilocalorías 607 Lípidos 25 Proteínas 20 Hidratos carbono 70	Kilocalorías 789 Lípidos 31 Proteínas 45 Hidratos carbono 75
<b>LUNES 9</b>	<b>MARTES 10</b>	<b>MIÉRCOLES 11</b>	<b>JUEVES 12</b>	<b>VIERNES 13</b>
	Kilocalorías 773 Lípidos 29 Proteínas 19 Hidratos carbono 107	Kilocalorías 721 Lípidos 28 Proteínas 36 Hidratos carbono 79	Kilocalorías 468 Lípidos 11 Proteínas 26 Hidratos carbono 64	Kilocalorías 705 Lípidos 22 Proteínas 39 Hidratos carbono 88
<b>LUNES 16</b>	<b>MARTES 17</b>	<b>MIÉRCOLES 18</b>	<b>JUEVES 19</b>	<b>VIERNES 20</b>
Kilocalorías 533 Lípidos 16 Proteínas 27 Hidratos carbono 67	Kilocalorías 839 Lípidos 39 Proteínas 34 Hidratos carbono 86	Kilocalorías 471 Lípidos 19 Proteínas 20 Hidratos carbono 51	Kilocalorías 782 Lípidos 30 Proteínas 30 Hidratos carbono 88	Kilocalorías 643 Lípidos 18 Proteínas 30 Hidratos carbono 88
<b>LUNES 23</b>	<b>MARTES 24</b>	<b>MIÉRCOLES 25</b>	<b>JUEVES 26</b>	<b>VIERNES 27</b>
Kilocalorías 678 Lípidos 21 Proteínas 21 Hidratos carbono 96	Kilocalorías 626 Lípidos 26 Proteínas 31 Hidratos carbono 66	Kilocalorías 712 Lípidos 28 Proteínas 36 Hidratos carbono 78	Kilocalorías 843 Lípidos 34 Proteínas 27 Hidratos carbono 103	Kilocalorías 666 Lípidos 22 Proteínas 41 Hidratos carbono 75
<b>LUNES 30</b>				
Kilocalorías 678 Lípidos 22 Proteínas 28 Hidratos carbono 88				