



(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

lunes martes miércoles jueves viernes sábado domingo I. Nutricional

				1	2	3		
				Paella Abadejo en salsa con patatas Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	(**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	(**) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos		Kcal: 815 HC: 91 Prot: 35 Lip: 36
4	5	6	7	8	9	10		
Sopa de fideos Pollo en salsa con patatas al horno Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	Potaje de garbanzos Buñuelos de bacalao con lechuga y zanahoria Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta	FESTIVO (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	Crema de calabaza Albóndigas en salsa con patatas Fruta y pan (*) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	FESTIVO (**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta	(**) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta		Kcal: 644 HC: 67 Prot: 33 Lip: 23
11	12	13	14	15	16	17		
Crema de zanahoria Abadejo en salsa con patatas Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	Lentejas estofadas Jamoncitos de pollo con zanahoria Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	Sopa de lluvia Carne mechada con guisantes Fruta en almíbar y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	Macarrones boloñesa Filete de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	Cascote sevillano Huevos Moll con lechuga y tomate Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	(**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Precocinados con Arroz y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta		Kcal: 707 HC: 78 Prot: 34 Lip: 30
18	19	20	21	22	23	24		
Lentejas a la riojana Tortilla de jamón york con lechuga y zanahoria Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	Fideuá Bacalao en salsa con lechuga y tomate Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta	Sopa de fideos Pollo al ajillo con judías verdes salteadas Fruta en almíbar y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	Crema de calabaza San Jacobo con patatas Fruta y pan (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos	Arroz con tomate Hamburguesa con ensalada Dulces navideños y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (*) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	(**) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta		Kcal: 756 HC: 76 Prot: 33 Lip: 32
25	26	27	28	29	30	31		
VACACIONES DE NAVIDAD (**) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	VACACIONES DE NAVIDAD (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta	VACACIONES DE NAVIDAD (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	VACACIONES DE NAVIDAD (**) 1º Patatas 2º Precocinados con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta	VACACIONES DE NAVIDAD (**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	(**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	(**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta		Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0