



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

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
			1 Arroz con verduras Tortilla de queso con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Rice with vegetable Cheese omelette with lettuce salad with tomato & sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta)	2 Lentejas a la jardinera Abadejo a la donostiarra con pisto Fruta y pan Vegetables lentils Basque style haddock with ratatouille Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos)	3 (**) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos (**) 1º Pasta 2º Egg with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	4 (**) 1º Patatas 2º Precocinados con Verdura y Lácteos (**) 1º Potatoes 2º Ready cooked with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta)	Kcal: 703 HC: 92 Prot: 31 Lip: 26
5 Patatas con magro Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y queso Natillas de chocolate y pan Pork & potato stew Baked hake with lettuce, tomato & cheese salad Chocolate custard and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta)	6 Alubias blancas estofadas Huevos revueltos con champiñones con lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Stewed white beans Scrambled eggs with mushrooms with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos)	7 Espaguetis al queso Palometa a la andaluza con lechuga y remolacha Fruta y pan Spaguetti with cheese Andalusian style Pomfret with lettuce and beets Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)	8 Sopa de ave con arroz Albóndigas a la jardinera con zanahorias y judías verdes Fruta y pan Chicken soup with rice Meatballs with vegetables with carrots & green beans Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)	9 Crema de legumbres Estofado de pavo con puré de patatas Fruta y pan Cream of legumes Turkey stew with mashed potatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	10 (**) 1º Arroz 2º Precocinados con Verdura y Lácteos (**) 1º Rice 2º Ready cooked with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)	11 (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (**) 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta)	Kcal: 672 HC: 84 Prot: 29 Lip: 23
12 Espirales con tomate Merlán en salsa verde con ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur y pan Spirals with tomato sauce Whiting with green sauce with lettuce salad with tomato & sweetcorn Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Precocinados con Legumbres y Fruta)	13 Paella mixta Cinta de lomo con ensalada de frutos (lechuga, oliva negra y pipas) Fruta y pan Mixed paella Pork loin with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)	14 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos)	15 FESTIVO (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (**) 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)	16 FESTIVO (**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta)	17 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Potatoes and Dairy (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta)	18 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Lean Meat with Pasta and Dairy (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta)	Kcal: 729 HC: 92 Prot: 34 Lip: 26
19 Lentejas estofadas Croquetas de jamón con lechuga y olivas negras Yogur y pan Stewed lentils Ham croquettes with lettuce & olives Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)	20 Arroz napolitana Merluza al horno con guisantes salteados Fruta y pan Neapolitan rice Baked hake with sautéed peas Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos)	21 Alubias blancas estofadas Tortilla de patatas con lechuga, jamón y queso Fruta y pan Stewed white beans Spanish potato omelette with lettuce, ham & cheese Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)	22 Coliflor gratinada Pechuga de pollo empanada con lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Cauliflower au gratin Breaded chicken breast with lettuce, carrot & sweetcorn Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Pescado con Patatas y Lácteos)	23 Macarrones gratinados Caella empanada con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Macaroni au gratin Breaded blue shark with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta)	24 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos (**) 1º Vegetable 2º Egg with Rice and Dairy (* 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Fruta)	25 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (**) 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit (* 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos)	Kcal: 727 HC: 86 Prot: 35 Lip: 29
26 Crema de zanahoria Lenguadina a la romana con ensalada César Yogur y pan Cream of carrot Battered & fried yellowfin sole with Caesar salad Yoghurt and bread (* 1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Fruta)	27 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan "Cocido" soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	28 Arroz tres delicias Ventresca de merluza al horno con zanahorias salteadas Fruta y pan Chinese fried rice Baked hake with sautéed carrots Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta)					Kcal: 687 HC: 88 Prot: 37 Lip: 23