

MARZO 2018

MENÚ GENERAL



			1	<p>GUISANTES CON JAMÓN</p> <p>CINTA DE LOMO CON PATATAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	796			
							HIDRATOS DE CARBONO	82			
							PROTEINAS	36			
							LIPIDOS	33			
5	<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	6	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	7	<p>CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>CONTRAMUSLOS DE POLLO CON PATATAS</p> <p>FRUTA EN ALMÍBAR PAN</p>	8	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	9	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	833
							HIDRATOS DE CARBONO	97			
							PROTEINAS	31			
							LIPIDOS	32			
12	<p>TALLARINES CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE CAZÓN EN SALSA</p> <p>FRUTA PAN</p>	13	<p>ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	14	<p>MENÚ DEL ALUMNO</p> <p>ESPAGUETIS COM TOMATE</p> <p>FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA</p> <p>NATILLAS PAN</p>	15	<p>MENESTRA DE VERDURAS</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	16	<p>LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	874
							HIDRATOS DE CARBONO	101			
							PROTEINAS	34			
							LIPIDOS	36			
19	<p>ARROZ CON POLLO Y VERDURAS</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	20	<p>COLIFLOR GRATINADA</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	21	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	22	<p>CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	23	<p>NO LECTIVO</p>	KCAL	802
							HIDRATOS DE CARBONO	98			
							PROTEINAS	30			
							LIPIDOS	32			
26	<p>NO LECTIVO</p>	27	<p>NO LECTIVO</p>	28	<p>NO LECTIVO</p>	29	<p>FIESTA</p>	30	<p>FIESTA</p>	KCAL	
							HIDRATOS DE CARBONO				
							PROTEINAS				
							LIPIDOS				

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MARZO 2018

MENÚ PRIMER CICLO INFANTIL



			1	GUISANTES CON JAMÓN	2	SOPA DE ESTRELLITAS	KCAL	
				CINTA DE LOMO CON PATATAS		FILETE DE LENGUADINA CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
				FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
							LIPIDOS	
5	6	7	8	9	10	11	KCAL	
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	ARROZ CON TOMATE	FILETE DE MERLUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO		HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta	CONTRAMUSLOS DE POLLO CON PATATAS	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN		PROTEINAS	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN				LIPIDOS	
12	13	14	15	16	17	18	KCAL	
CODITOS CON VERDURAS	ALUBIAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	MENÚ DEL ALUMNO	MENESTRA DE VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPIÑÓN		HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE CAZÓN EN SALSA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta	ESPAGUETIS COM TOMATE	HAMBURGUESA DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS	YOGUR DE SABORES PAN			PROTEINAS	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN				LIPIDOS	
19	20	21	22	23	24	25	KCAL	
ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	COLIFLOR GRATINADA	SOPA DE COCIDO (con fideos)	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)	NO LECTIVO			HIDRATOS DE CARBONO	
DELICIAS DE MERLUZA CON VERDURAS	ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta				PROTEINAS	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN				LIPIDOS	
26	27	28	29	30	31	32	KCAL	
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	FIESTA	FIESTA			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.
En primer y segundo ciclo de infantil, la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

MARZO 2018

MENÚ SEGUNDO CICLO INFANTIL



			1	<p>GUISANTES CON JAMÓN</p> <p>CINTA DE LOMO CON PATATAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	
							HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
5	6	7	8	9	10	11	KCAL	
<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>CONTRAMUSLOS DE POLLO CON PATATAS</p> <p>FRUTA EN ALMÍBAR PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
12	13	14	15	16	17	18	KCAL	
<p>CODITOS CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE CAZÓN EN SALSA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MENU DEL ALUMNO</p> <p>ESPAGUETIS COM TOMATE</p> <p>FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA</p> <p>NATILLAS PAN</p>	<p>MENESTRA DE VERDURAS</p> <p>HAMBURGUESA DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
19	20	21	22	23	24	25	KCAL	
<p>ARROZ CON POLLO Y VERDURAS</p> <p>DELICIAS DE MERLUZA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>COLIFLOR GRATINADA</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	<p>NO LECTIVO</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
26	27	28	29	30	31	32	KCAL	
<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>FIESTA</p>	<p>FIESTA</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.
En primer y segundo ciclo de infantil, la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

MARZO 2018

MENÚ PURÉ



			1	2		
			PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	KCAL	
			FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
5	6	7	8	9	KCAL	
PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
					LIPIDOS	
12	13	14	15	16	KCAL	
PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
					LIPIDOS	
19	20	21	22	23	KCAL	
PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN	FRUTA O YOGUR PAN		PROTEINAS	
					LIPIDOS	
26	27	28	29	30	KCAL	
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	FIESTA	FIESTA	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Se irán introduciendo verduras como la judía verde, la calabaza, el calabacín y la acelga a medida que los niños la vayan tolerando.
En primer y segundo ciclo de infantil, la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

MARZO 2018

MENÚ SIN PESCADO



			1	<p>GUISANTES CON JAMÓN</p> <p>CINTA DE LOMO CON PATATAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>FILETE DE TERNERA CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	
							HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
5	6	7	8	9	10	11	KCAL	
<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>CONTRAMUSLOS DE POLLO CON PATATAS</p> <p>FRUTA EN ALMÍBAR PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>CINTA DE LOMO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
12	13	14	15	16	17	18	KCAL	
<p>TALLARINES CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE TERNERA EN SALSA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MENU DEL ALUMNO</p> <p>ESPAGUETIS COM TOMATE</p> <p>FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA</p> <p>NATILLAS PAN</p>	<p>MENESTRA DE VERDURAS</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CINTA DE LOMO CON CHAMPIÑÓN</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
19	20	21	22	23	24	25	KCAL	
<p>ARROZ CON POLLO Y VERDURAS</p> <p>FILETE DE TERNERA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>COLIFLOR GRATINADA</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	<p>NO LECTIVO</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
26	27	28	29	30	31	32	KCAL	
<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>FIESTA</p>	<p>FIESTA</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MARZO 2018

MENÚ SIN LEGUMBRE



			1	CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)	2	SOPA DE ESTRELLITAS	KCAL	
				CINTA DE LOMO CON PATATAS		ATÚN CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
				FRUTA PAN		YOGUR DE SABORES PAN	PROTEINAS	
							LIPIDOS	
5	6	7	8	SOPA DE FIDEOS	9	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
ACELGAS REHOGADAS CON BACON	MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)		CINTA DE LOMO		FILETE DE MERLUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO	HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta	CONTRAMUSLOS DE POLLO CON PATATAS		FRUTA PAN		YOGUR DE SABORES PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA EN ALMÍBAR PAN					LIPIDOS	
12	13	MENÚ DEL ALUMNO	15	MENESTRA DE VERDURAS	16	SOPA DE ESTRELLITAS	KCAL	
TALLARINES CON VERDURAS	ARROZ CON TOMATE	ESPAGUETIS COM TOMATE		RAGOUT DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS		FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE CAZÓN EN SALSA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta	FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA		FRUTA PAN		YOGUR DE SABORES PAN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	NATILLAS PAN					LIPIDOS	
19	20	21	22	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)	23	NO LECTIVO	KCAL	
ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	COLIFLOR GRATINADA	SOPA DE FIDEOS		LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta			HIDRATOS DE CARBONO	
SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS	ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA	FILETE DE POLLO		YOGUR DE SABORES PAN			PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN					LIPIDOS	
26	27	28	29	FIESTA	30	FIESTA	KCAL	
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO					HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MARZO 2018

MENÚ SIN CERDO



			1	<p>GUISANTES SALTEADOS</p> <p>FILETE DE TERNERA CON PATATAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	
							HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
5	6	7	8	9	10	11	KCAL	
<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>LIBRITOS DE QUESO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>CONTRAMUSLOS DE POLLO CON PATATAS</p> <p>FRUTA EN ALMÍBAR PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
12	13	14	15	16	17	18	KCAL	
<p>TALLARINES CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE CAZÓN EN SALSA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ALUBIAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MENU DEL ALUMNO</p> <p>ESPAGUETIS COM TOMATE</p> <p>FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA</p> <p>NATILLAS PAN</p>	<p>MENESTRA DE VERDURAS</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
19	20	21	22	23	24	25	KCAL	
<p>ARROZ CON POLLO Y VERDURAS</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>COLIFLOR GRATINADA</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)</p> <p>FILETE DE POLLO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	<p>NO LECTIVO</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
26	27	28	29	30	31	32	KCAL	
<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>FIESTA</p>	<p>FIESTA</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MARZO 2018

MENÚ SIN GLUTEN



			1	2		
			GUISANTES CON JAMÓN	SOPA DE ESTRELLITAS (sin gluten)	KCAL	
			CINTA DE LOMO CON PATATAS	ATÚN CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
			FRUTA PAN (especial celiaco)	YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	PROTEINAS	
5	6	7	8	9	LIPIDOS	
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	MACARRONES BOLOÑESA (sin gluten)	CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)	SOPA DE COCIDO (sin gluten)	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO (sin gluten)	CONTRAMUSLOS DE POLLO CON PATATAS	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	FILETE DE MERLUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO	HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA EN ALMÍBAR PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	PROTEINAS	
12	13	MENÚ DEL ALUMNO	15	16	LIPIDOS	
TALLARINES CON VERDURAS (sin gluten)	ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	ESPAGUETIS COM TOMATE (sin gluten)	MENESTRA DE VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	KCAL	
FILETE DE CAZÓN EN SALSA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta	FINGER DE POLLO (sin gluten)	RAGOUT DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS	FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	NATILLAS PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	PROTEINAS	
19	20	21	22	23	LIPIDOS	
ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	COLIFLOR GRATINADA	SOPA DE COCIDO (sin gluten)	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)	NO LECTIVO	KCAL	
SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS	ALBÓNDIGAS DE TERNERA (sin gluten)	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta		HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	FRUTA PAN (especial celiaco)	YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)		PROTEINAS	
26	27	28	29	30	LIPIDOS	
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	FIESTA	FIESTA	KCAL	
					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MARZO 2018

MENÚ SIN HUEVO



			1	<p>GUISANTES CON JAMÓN</p> <p>CINTA DE LOMO CON PATATAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>SOPA DE ESTRELLITAS (sin huevo)</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	
							HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
5	6	7	8	9	10	11	KCAL	
<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON</p> <p>FILETE DE TERNERA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MACARRONES BOLOÑESA (sin huevo)</p> <p>LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO (sin huevo)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>CONTRAMUSLOS DE POLLO CON PATATAS</p> <p>FRUTA EN ALMÍBAR PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (sin huevo)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
12	13	14	15	16	17	18	KCAL	
<p>TALLARINES CON VERDURAS (sin huevo)</p> <p>FILETE DE CAZÓN EN SALSA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CINTA DE LOMO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MENU DEL ALUMNO</p> <p>ESPAGUETIS COM TOMATE (sin huevo)</p> <p>FINGER DE POLLO (sin huevo)</p> <p>NATILLAS PAN</p>	<p>MENESTRA DE VERDURAS</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
19	20	21	22	23	24	25	KCAL	
<p>ARROZ CON POLLO Y VERDURAS</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>COLIFLOR GRATINADA</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (sin huevo)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	<p>NO LECTIVO</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
26	27	28	29	30	31	32	KCAL	
<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>FIESTA</p>	<p>FIESTA</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MARZO 2018

MENÚ SIN LECHE



			1	2	KCAL	
			GUISANTES CON JAMÓN	SOPA DE ESTRELLITAS		
			CINTA DE LOMO CON PATATAS	ATÚN CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
			FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	PROTEINAS	
					LIPIDOS	
5	6	7	8	9	KCAL	
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	ARROZ CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta	LIBRITOS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta	CONTRAMUSLOS DE POLLO CON PATATAS	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	FILETE DE MERLUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA EN ALMÍBAR PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	LIPIDOS	
12	13	MENÚ DEL ALUMNO	15	16	KCAL	
TALLARINES CON VERDURAS	ALUBIAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	ESPAGUETIS COM TOMATE	MENESTRA DE VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	HIDRATOS DE CARBONO	
FILETE DE CAZÓN EN SALSA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta	FINGER DE POLLO (sin leche)	RAGOUT DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS	FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPIÑÓN	PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN	LIPIDOS	
19	20	21	22	23	KCAL	
ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	COLIFLOR	SOPA DE COCIDO (con fideos)	PURÉ DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)	NO LECTIVO	HIDRATOS DE CARBONO	
SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS	ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta		PROTEINAS	
FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	YOGUR DE SOJA PAN		LIPIDOS	
26	27	28	29	30	KCAL	
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	FIESTA	FIESTA	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MARZO 2018

MENÚ SIN HUEVO-LECHE



			1	<p>GUISANTES CON JAMÓN</p> <p>CINTA DE LOMO CON PATATAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>SOPA DE ESTRELLITAS (sin huevo)</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	KCAL	
							HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
5	6	7	8	9			KCAL	
<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON</p> <p>FILETE DE TERNERA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MACARRONES BOLOÑESA (sin huevo)</p> <p>LIBRITOS DE JAMÓN (sin huevo)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>CONTRAMUSLOS DE POLLO CON PATATAS</p> <p>FRUTA EN ALMÍBAR PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (sin huevo)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
12	13		15	16			KCAL	
<p>TALLARINES CON VERDURAS (sin huevo)</p> <p>FILETE DE CAZÓN EN SALSA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ALUBIAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CINTA DE LOMO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MENÚ DEL ALUMNO</p> <p>ESPAGUETIS COM TOMATE (sin huevo)</p> <p>FINGER DE POLLO (sin huevo-leche)</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	<p>MENESTRA DE VERDURAS</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
19	20	21	22	23			KCAL	
<p>ARROZ CON POLLO Y VERDURAS</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>COLIFLOR</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (sin huevo)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>PURÉ DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	<p>NO LECTIVO</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
26	27	28	29	30			KCAL	
<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>FIESTA</p>	<p>FIESTA</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MARZO 2018

MENÚ BAJO EN COLESTEROL



			1	<p>GUISANTES CON JAMÓN</p> <p>LOMO DE CERDO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DESNATADO PAN</p>	KCAL	
							HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
5	6	7	8	9			KCAL	
<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MACARRONES CON TOMATE</p> <p>FILETE DE TERNERA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO</p> <p>YOGUR DESNATADO PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
12	13		15	16			KCAL	
<p>TALLARINES CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE CAZÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ALUBIAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MENÚ DEL ALUMNO</p> <p>ESPAGUETIS COM TOMATE</p> <p>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</p> <p>YOGUR DESNATADO PAN</p>	<p>MENESTRA DE VERDURAS</p> <p>FILETE DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>YOGUR DESNATADO PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
19	20	21	22	23			KCAL	
<p>ARROZ CON POLLO Y VERDURAS</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>COLIFLOR</p> <p>FILETE DE TERNERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>YOGUR DESNATADO PAN</p>	<p>NO LECTIVO</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
26	27	28	29	30			KCAL	
<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>FIESTA</p>	<p>FIESTA</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MARZO 2018

MENÚ SIN FRUTOS SECOS



			1	2		
			GUISANTES CON JAMÓN	SOPA DE ESTRELLITAS	KCAL	
			CINTA DE LOMO CON PATATAS	ATÚN CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
			FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)	PROTEINAS	
					LIPIDOS	
5	6	7	8	9		
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)	SOPA DE COCIDO (con fideos)	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta	CONTRAMUSLOS DE POLLO CON PATATAS	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	FILETE DE MERLUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO	HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA EN ALMÍBAR PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)	PROTEINAS	
					LIPIDOS	
12	13	MENÚ DEL ALUMNO	15	16		
TALLARINES CON VERDURAS	ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	ESPAGUETIS COM TOMATE	MENESTRA DE VERDURAS	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	KCAL	
FILETE DE CAZÓN EN SALSA	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta	FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA	RAGOUT DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS	FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPIÑÓN	HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	NATILLAS PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)	PROTEINAS	
					LIPIDOS	
19	20	21	22	23		
ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	COLIFLOR GRATINADA	SOPA DE COCIDO (con fideos)	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)	NO LECTIVO	KCAL	
SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS	ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA	COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta		HIDRATOS DE CARBONO	
FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)		PROTEINAS	
					LIPIDOS	
26	27	28	29	30		
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	FIESTA	FIESTA	KCAL	
					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

MARZO 2018

MENÚ SIN MARISCO



			1	<p>GUISANTES CON JAMÓN</p> <p>CINTA DE LOMO CON PATATAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	
							HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
5	6	7	8	9			KCAL	
<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>CONTRAMUSLOS DE POLLO CON PATATAS</p> <p>FRUTA EN ALMÍBAR PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
12	13	MENU DEL ALUMNO	15	16			KCAL	
<p>TALLARINES CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE CAZÓN EN SALSA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>ESPAGUETIS COM TOMATE</p> <p>FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA</p> <p>NATILLAS PAN</p>	<p>MENESTRA DE VERDURAS</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PAPAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
19	20	21	22	23			KCAL	
<p>ARROZ CON POLLO Y VERDURAS</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>COLIFLOR GRATINADA</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	<p>NO LECTIVO</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	
26	27	28	29	30			KCAL	
<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>	<p>FIESTA</p>	<p>FIESTA</p>			HIDRATOS DE CARBONO	
							PROTEINAS	
							LIPIDOS	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

RECOMENDACIONES CENAS MARZO 2018

Jueves 1. Crema, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

Viernes 2. Verdura, huevo con ensalada, fruta y lácteo

Lunes 5. Sopa, pescado azul con ensalada, fruta y lácteo.

Martes 6. Verdura, hígado con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 7. Pescado al horno con verduras, ensalada, macedonia de fruta y lácteo.

Jueves 8. Ensalada variada, croquetas caseras con queso fresco, fruta.

Viernes 9. Verdura, tortilla con ensalada, fruta y lácteo.

Lunes 12. Verdura, empanadillas caseras con ensalada, fruta y lácteo.

Martes 13. Crema, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 14. Verdura, jamón york con ensalada, fruta y lácteo.

Jueves 15. Sopa, huevo con ensalada, fruta y lácteo.

Viernes 16. Verdura, pescado azul con ensalada, fruta y lácteo

Lunes 19. Verdura, huevo con ensalada, fruta y lácteo.

Martes 20. Sopa, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 21. Verdura, tortilla con ensalada de tomate, fruta y lácteo.

Jueves 22. Ensalada variada, pizza casera, macedonia de fruta natural y lácteo.