

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	
Semana 4	01/10/2024	02/10/2024	03/10/2024	04/10/2024		
	LENTEJAS CON CHORIZO 1 TORTILLA 3 TOMATE FRUTA	ENSALADILLA RUSA (2, 3, 4, 12) FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA (1, 3, 4, 5, 6) LECHUGA LACTEO (2)- Fruta	SOPA DE VERDURAS (1, 3, 10, 12) POLLO AL AJILLO CON PATATAS FRUTA	PAELLA BOCADITOS DE BACALAO (1, 3, 4, 5, 6) ENSALADA FRUTA	ENERGIA (Kcal) 729,70 Prot (g) 30,70 Lip (g) 26,62 H&M (g) 80,32	
	Vaso de leche con tostada de pan integral con aceite de oliva virgen y fruta	Vaso de leche con cacao, galletas tipo maria y zumo de naranja natural	Vaso de leche con cereales y fruta	Vaso de leche con tostada de pan blanco con margarina, mermelada y zumo de naranja natural	Recomendaciones	
	HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA CON TOMATE ASADO LACTEO	ENSALADA COMPLETA CON QUESO Y NUECES LACTEO	PESCADO DEL DIA AL HORNO CON PATATAS ASADAS LACTEO	PECHUGA DE PAVO CON PURE DE ZANAHORIA LACTEO	VALOR	
Semana 5	07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024	
	CALDO GALLEGO/brecol JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO 14 CON ARROZ BLANCO LACTEO (2)- Fruta	CREMA DE ZANAHORIA FINGERS DE PESCADO (1, 3, 4, 5, 6) CODITOS SALTEADOS (1, 3, 10, 12) FRUTA	JUDIAS CON HUEVO 3. PAVO ESTOFADO 14 PATATAS FRUTA	SOPA DE AVE (1, 3, 10, 12) CINTA DE LOMO EN SU JUGO (2, 10) JARDINERA FRUTA	CODITOS GRATINADOS (1, 2, 3, 10, 12) MERLUZA A LA PLANCHA (4, 5, 6) LECHUGA Y ZANAHORIA LACTEO (2)- Fruta	ENERGIA (Kcal) 702,60 Prot (g) 33,76 Lip (g) 30,04 H&M (g) 70,62
	Vaso de leche con cereales de chocolate y zumo de naranja natural	Vaso de leche con cereales de chocolate y zumo de naranja natural	Vaso de leche con cacao, tostada de pan blanco con margarina, mermelada y fruta	Vaso de leche con cacao, galletas integrales y zumo de naranja natural	Vaso de leche con pan integral fresco con aceite de oliva virgen y fruta	Recomendaciones
	ARROZ TRES DELICIAS LACTEO	ARROZ TRES DELICIAS LACTEO	FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA CON BERENJENA ASADA LACTEO	VARITAS DE MERLUZA CASERAS CON ENSALADA DE CANONIGOS FRUTA	HUEVOS RELLENOS CON LECHUGA LACTEO	VALOR
Semana 6	14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024	
	CREMA DE CALABAZA ALBÓNDIGAS EN SALSA 14. PATATAS FRITAS FRUTA	MENESTRA CON JAMON GALLO SAN PEDRO AL HORNO (4, 5, 6) CON PATATAS NATILLAS CASERAS(2)	MACARRONES SALTEADOS (1, 3, 10, 12) SAN JACOBO CASERO (1, 2, 3) CON ENSALADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA 3. ENSALADA CON ATUN 4. LACTEO (2)- Fruta	ALUBIAS ESTOFADAS PIZZA CASERA (1, 2, 3, 4, 14) FRUTA	ENERGIA (Kcal) 634,38 Prot (g) 26,88 Lip (g) 20,12 H&M (g) 61,62
	Vaso de leche con tostada de pan blanco con margarina, mermelada y zumo de naranja natural	Vaso de leche con galletas integrales y fruta	Vaso de leche con cacao, copos de arroz inflado y zumo de naranja natural	Vaso de leche con pan integral fresco con aceite de oliva virgen y fruta	Vaso de leche con cacao, galletas tipo maria y zumo de naranja natural	Recomendaciones
	PESCADO DEL DIA AL PAPILOTE CON PIMIENTOS ASADOS FRUTA	SANDWICH VEGETAL LACTEO	ENSALADA COMPLETA LACTEO	SAN JACOBO CASERO CON ARROZ Y TOMATE LACTEO	BERENJENA RELLENA CON SU PROPIA CARNE Y VERDURAS LACTEO	VALOR
Semana 1	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024	
	POTAJE DE LEGUMBRES 1 FILETES DE LOMO A LA PLANCHA (2, 10) CON ARROZ LACTEO (2)-Fruta	TALLARINES CON TOMATE Y QUESO (1, 2, 3, 10, 12, 14) FINGERS CASEROS DE PESCADO (1, 3, 4, 5, 6) LECHUGA FRUTA	SOPA DE LETRAS (1, 3, 10, 12) GUIZO DE CARNE (2, 10, 14) CON PATATAS Y MENESTRA LACTEO (2)- Fruta	ARROZ CON PISTO DE VERDURAS PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA (2, 10, 14) ENSALADA FRUTA	SALPICON DE PESCADO (4, 5, 6, 14) MACARRONES BOLOÑESA (1, 3, 10, 12, 14) FRUTA	ENERGIA (Kcal) 692,88 Prot (g) 33,68 Lip (g) 27,72 H&M (g) 74,50
	Vaso de leche con cacao, cereales y fruta	Vaso de leche con tostada de pan integral con margarina, mermelada y zumo de naranja natural	Vaso de leche con cacao, galletas tipo maria y zumo de naranja natural	Vaso de leche con tostada de pan blanco con aceite de oliva virgen y fruta	Vaso de leche con copos de avena y fruta	Recomendaciones
	TORTILLA FRANCESA CON ACELGAS REHOGADAS FRUTA	PECHUGA DE PAVO CON PURE DE PATATA LACTEO	SANDWICH VEGETAL FRUTA	REVUELTO DE ESPARRAGOS LACTEO	PESCADO DEL DIA CON PIMIENTOS ASADOS LACTEO	VALOR
Semana 2	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/11/2024	
	MENESTRA CON JAMON POLLO AL HORNO 14. CON ARROZ BLANCO FRUTA	ENSALADA DE PASTA CON ATUN (1, 3, 4, 10, 11, 12, 14) FILETE RUSO (1, 2, 3, 12, 14) CON PURE (2, 10) GELATINA	JUDIAS CON CHORIZO MERLUZA A LA ANDALUZA (1, 4, 5, 6) CON PATATAS COCIDAS LACTEO (2)-Fruta	DIA NO LECTIVO		ENERGIA (Kcal) 652,92 Prot (g) 26,14 Lip (g) 29,16 H&M (g) 66,14
	Vaso de leche con cacao, galletas tipo integral y zumo de naranja natural	Vaso de leche con cereales de chocolate y fruta	Vaso de leche con tostadas de pan blanco con margarina, mermelada y zumo de naranja natural		Recomendaciones	
	PESCADO DEL DIA AL PAPILOTE CON ENSALADA LACTEO	TORTILLA DE ESPINACAS FRUTA	PASTA SALTEADA CON GAMBAS Y GRELOS FRUTA		VALOR	