




Todos los días pan y agua
Cuando hay fruta de postre siempre se ofrece leche.

Recomendaciones
Cena 

HC / Prot / Líp están expresados en gramos.

Deben informar con justificante médico sobre las alergias o intolerancias de su hijo/a.

La información sobre los alérgenos está a su disposición en el centro.



Lunes / Monday	Martes / Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves / Thursday	Viernes / Friday
	01/05/18	02/05/18	03/05/18	04/05/18
	FIESTA SAN JOSÉ OBRERO DÍA NO LECTIVO	Paella de pollo y verduras Palometa adobada Ensalada de lechuga, remolacha y tomate Fruta fresca Kcal: 689 HC: 90 Prot: 19 Líp: 29	Crema de puerros Hamburguesa a la plancha Patatas fritas Natillas de vainilla Kcal: 718 HC: 82 Prot: 24 Líp: 31	Alubias pintas con verduras Tortilla de pavo Ensalada de tomate, aceitunas y cebolla Fruta fresca Kcal: 611 HC: 73 Prot: 19 Líp: 26
		Verdura, Cerdo, Pasta y Fruta	Patata, Pavo, Verdura y Fruta	Verdura, Pescado, Pasta y Fruta
07/05/18	08/05/18	09/05/18	10/05/18	11/05/18
Arroz con magro Merluza enharinada Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas Fruta fresca Kcal: 658 HC: 86 Prot: 16 Líp: 30	Patatas guisadas con pavo Tortilla de calabacín Ensalada de tomate y cebolla con orégano Yogur Kcal: 642 HC: 73 Prot: 18 Líp: 28	Crema de calabaza Salchichas de cerdo al horno Patatas fritas dado Fruta fresca Kcal: 715 HC: 68 Prot: 47 Líp: 25	Garbanzos con verduras Fritura Variada Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Kcal: 470 HC: 74 Prot: 25 Líp: 18	Espirales con tomate Lenguado rebozado Guisantes salteados Fruta fresca Kcal: 710 HC: 95 Prot: 19 Líp: 38
Verdura, Pavo, Pasta y Fruta	Verdura, Pescado azul, Arroz y Fruta	Pasta, Ternera, Verdura y Yogur	Verdura, Pescado, Arroz y Fruta	Verdura, Huevo, Patata y Fruta
14/05/18	15/05/18	16/05/18	17/05/18	18/05/18
Lentejas caseras Tortilla francesa Ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur Kcal: 587 HC: 75 Prot: 28 Líp: 23	Fideuá Dados de pez espada con tomate Calabacín rebozado Fruta fresca Kcal: 627 HC: 66 Prot: 24 Líp: 26	Arroz salteado con calabacín, zanahoria y maíz Albóndigas de ternera con verduras Champiñones salteados guarnición Fruta fresca Kcal: 667 HC: 84 Prot: 20 Líp: 29	Coliflor gratinada San jacobó Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas Fruta fresca Kcal: 622 HC: 66 Prot: 30 Líp: 21	Crema de legumbres (garbanzo, alubia, lenteja) Ragout de pavo estofado Patatas fritas dado Fruta fresca Kcal: 663 HC: 80 Prot: 19 Líp: 32
Verdura, Pollo, Arroz y Fruta	Verdura, Cerdo, Patata y Fruta	Verdura, Pescado, Pasta y Fruta	Patata, Huevo, Verdura y Fruta	Verdura, Pescado, Arroz y Yogur
21/05/18	22/05/18	23/05/18	24/05/18	25/05/18
Paella de verduras Cinta de lomo a la plancha Ensalada de tomate y cebolla con orégano Fruta fresca Kcal: 705 HC: 78 Prot: 32 Líp: 26	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo asados Patatas fritas Fruta fresca Kcal: 597 HC: 74 Prot: 17 Líp: 25	Lentejas guisadas con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur Kcal: 618 HC: 85 Prot: 29 Líp: 25	Sopa de cocido Cocido completo Fruta fresca Kcal: 582 HC: 90 Prot: 18 Líp: 28	Espaguetis gratinados Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca Kcal: 601 HC: 80 Prot: 26 Líp: 35
Verdura, Pescado, Pasta y Fruta	Verdura, Ternera, Arroz y Fruta	Verdura, Pescado, Arroz y Fruta	Patata, Pavo, Verdura y Fruta	Verdura, Huevo, Patata y Yogur
28/05/18	29/05/18	30/05/18	31/05/18	01/06/18
Patatas guisadas con verduras Huevos con tomate y salchicha Ensalada de lechuga, remolacha y cebolla Yogur Kcal: 686 HC: 64 Prot: 34 Líp: 21	Espirales boloñesa Palometa en salsa española Calabacín rebozado Fruta fresca Kcal: 721 HC: 89 Prot: 25 Líp: 33	Alubias blancas con calabaza Rotí de pavo Patatas fritas dado Fruta fresca Kcal: 608 HC: 82 Prot: 23 Líp: 37	DÍA DE CASTILLA LA MANCHA DÍA NO LECTIVO	DÍA NO LECTIVO
Verdura, Cerdo, Arroz y Fruta	Verdura, Huevo, Patata y Fruta	Verdura, Pescado, Arroz y Yogur		