



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
27	28	29	30	31
03	04	05	06	07
Arroz con tomate Crema de calabacín Huevos fritos con patatas Fruta - Lácteo	Lentejas estofadas con verduras Acelgas rehogadas Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta (a elegir entre dos)	Patatas con costillas Coliflor rehogada Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta - Lácteo	Arroz abunda Espinacas a la crema Merluza en salsa verde con ensalada Fruta (a elegir entre dos)	Puré de zanahoria Guisantes con jamón Lomo ibérico a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo
KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4	KC:648 PR:38 LI:19 HC:56 CA:114 FE:8	KC:783 PR:42 LI:47 HC:52 CA:91 FE:5	KC:667 PR:37 LI:17 HC:69 CA:130 FE:4	KC:638 PR:17 LI:10 HC:48 CA:100 FE:3
10	11	12	13	14
Pasta sin gluten Crema de puerros Lacón a la gallega Fruta - Lácteo	Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino) Pisto manchego Tortilla francesa con ensalada Fruta (a elegir entre dos)	Ensalada campera Brócolis rehogados Ragout de ternera con ensalada Fruta - Lácteo	Arroz abunda Alcachofas con jamón Limanda a la plancha con ensalada Fruta (a elegir entre dos)	Panache de verduras Filete de pollo a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo
KC:779 PR:39 LI:44 HC:58 CA:130 FE:6	KC:696 PR:25 LI:22 HC:51 CA:173 FE:6	KC:731 PR:53 LI:41 HC:33 CA:159 FE:8	KC:610 PR:26 LI:15 HC:46 CA:67 FE:2	KC:641 PR:32 LI:23 HC:29 CA:97 FE:4
17	18	19	20	21
Pasta sin gluten Crema de espárragos Lomo asado con verduras y con ensalada Fruta - Lácteo	Lentejas estofadas con verduras Menestra de verduras Croquetas (sin gluten) Fruta (a elegir entre dos)	Judías verdes rehogadas Filete de pollo a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo	Revuelto murciano Palometa con tomate y ensalada Fruta (a elegir entre dos)	FIESTA FIN DE CURSO Arroz con tomate Crema hortelana Huevos fritos con patatas Fruta - Lácteo
KC:711 PR:29 LI:17 HC:63 CA:291 FE:10	KC:813 PR:34 LI:38 HC:86 CA:253 FE:8	KC:650 PR:32 LI:15 HC:24 CA:122 FE:3	KC:627 PR:20 LI:25 HC:30 CA:87 FE:2	KC:1027 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4
24	25	26	27	28
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

KC: Energía (Kcal)
PR: Proteínas (g)
LI: Lípidos (g)
HC: Hidratos de carbono (g)
CA: Calcio (mg)
FE: Hierro (mg)