

588 Kcal 17g Prot 16,6g Lip 88,7g Hc	1	408 Kcal 30,5g Prot 27,9g Lip 12,4g Hc	2	304 Kcal 12g Prot 15,1g Lip 25,6g Hc	3	339 Kcal 8,4g Prot 21,8g Lip 28,4g Hc	4		
		Pasta apta dietas Palometa fresca al horno con ensalada de lechuga cebolla y zanahoria fresca Fruta ecológica y pan sin gluten		Salteado de brócoli fresco eco con ajetes con Filete merluza horno con g. Yogur y pan sin gluten		Garbanzos eco guisados con cebolla, pimiento verde y calabaza Tortilla de patata de huevos frescos eco con batavia pepino y zanaho fresca Fruta ecológica y pan sin gluten		Acelga fresco eco estofada con patatas frescas con Gallo San Pedro c/patata y calabacin Fruta de temporada y pan sin gluten	
257 Kcal 4,9g Prot 13,4g Lip 26,8g Hc	7	398 Kcal 23g Prot 25,6g Lip 16,9g Hc	8	633 Kcal 32g Prot 31g Lip 43,9g Hc	9	190 Kcal 4g Prot 12,1g Lip 14,9g Hc	10	493 Kcal 33,1g Prot 27,8g Lip 25,9g Hc	11
Patatas frescas guisadas con verduras Tortilla de patata con cebolla Fruta ecológica y pan sin gluten		Achicoria fresca eco salteada con refrito de ajos Limanda en salsa de verduras acompañada de ensalada de tomate Yogur y pan sin gluten		Alubia blanca eco estofada con verduras Huevos fresco eco escalfados con tomate y batavia iceberg y zanahoria fresc Fruta ecológica y pan sin gluten		Crema de Puerros Frescos ECO Tacos de rosada fresca en salsa con de guisantes, cebolla y zanahoria Fruta de temporada y pan sin gluten		Borraja fresca ECO cocida con patatas frescas Merluza con tomate casero Fruta ecológica y pan sin gluten	
	14	722 Kcal 30,3g Prot 24,2g Lip 91,5g Hc	15	405 Kcal 12,5g Prot 26,4g Lip 22g Hc	16	407 Kcal 16,1g Prot 28,4g Lip 19,3g Hc	17	339 Kcal 5,5g Prot 21,2g Lip 28,9g Hc	18
		Pasta apta dietas Tortilla francesa con verduritas acompañada de ensalada de tomate Fruta ecológica y pan sin gluten		Coliflor fresca eco cocida con refrito de ajos Filete de cabracho fresco al horno con verduritas con ensalada de tomate Yogur y pan sin gluten		Crema de calabacín fresco eco con patata fresca Revuelto de huevos frescos eco con champiñones cebolla y pimientos salteado Fruta ecológica y pan sin gluten		Patatas frescas guisadas con verduras Taco de pez espada fresco al horno con mezcclum, batavia y zanahoria fresca Fruta ecológica y pan sin gluten	
452 Kcal 25,9g Prot 17,2g Lip 40,2g Hc	21	398 Kcal 23g Prot 25,6g Lip 16,9g Hc	22	444 Kcal 28,9g Prot 22,8g Lip 26g Hc	23	558 Kcal 17g Prot 13,4g Lip 88,6g Hc	24	329 Kcal 7,7g Prot 20,9g Lip 25,3g Hc	25
Lentejas con verduras Tortilla de huevos frescos eco con queso con iceberg cebolla y zanaho fresc Fruta de temporada y pan sin gluten		Achicoria fresca eco salteada con refrito de ajos Limanda en salsa de verduras acompañada de ensalada de tomate Fruta ecológica y pan sin gluten		Judía verde con patata fresca# Filete de eglefino fresco en salsa de verduras acompañada de ensalada de t Yogur y pan sin gluten		Pasta apta dietas Tortilla de patata con cebolla Fruta de temporada y pan sin gluten		Borraja fresca ECO cocida con patatas frescas Lomo de tintorera fresco en salsa de verdur con pimientos cebolla y calabac Fruta ecológica y pan sin gluten	
367 Kcal 14,3g Prot 30,2g Lip 7,4g Hc	28	473 Kcal 23,7g Prot 27,1g Lip 30,4g Hc	29	887 Kcal 54,4g Prot 42,1g Lip 64,1g Hc	30	321 Kcal 14,7g Prot 23,4g Lip 12g Hc	31		
Arroz cocido con calabacín y calabaza Revuelto de huevos frescos eco con champiñones cebolla y pimientos salteado Yogur y pan sin gluten		Acelga fresco eco estofada con patatas frescas con Merluza horno con z.baby y guisantes Fruta ecológica y pan sin gluten		Alubia blanca eco guisada con pimiento verde y cebolla Bacalao desmigado al ajoarriero fresco con iceberg mezcclum zanahoria fresc Fruta ecológica y pan sin gluten		Berza fresca salteada con refrito de ajos Tortilla francesa con verduritas acompañada de ensalada de tomate Fruta de temporada y pan sin gluten			

INFORMACIÓN FAMILIAS:

El menú servido es para niños con rango de edad de 3 a 12 años

Los 1º platos tienen un Tamaño de 170 gr

Los 2º platos tienen un Tamaño de 140-170gr

La sal utilizada es sal iodada

El aceite utilizado para Las ensaladas es de Oliva virgen extra

El aceite utilizado para Cocinar, es de Oliva

La bebida que se servirá En el comedor Es agua