

588 Kcal 17g Prot 16,6g Lip 88,7g Hc	1	692 Kcal 58,2g Prot 44,7g Lip 8,5g Hc	2	304 Kcal 12g Prot 15,1g Lip 25,6g Hc	3	284 Kcal 7,2g Prot 13,6g Lip 29,5g 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 Muslo de pollo fresco con patatas panaderas cebolla y zanahoria asadas 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 Hamburguesas de cerdo en salsa con ensalada de tomate Fruta de temporada y pan sin gluten	
645 Kcal 38,4g Prot 41,1g Lip 30,1g 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	693 Kcal 48,9g Prot 44,7g Lip 22,1g Hc	11
Patatas frescas guisadas con verduras Lomo de cerdo fresco en salsa de cebolla con de patata cebolla y pimientos 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 Bistec de pollo fresco en salsa acompañado de ensalada de tomate Fruta ecológica y pan sin gluten	
	14	750 Kcal 53,3g Prot 22,3g Lip 89,1g 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	398 Kcal 11,2g Prot 22,5g Lip 34,7g Hc	18
		Pasta apta dietas Pechuga de pavo fresca a la plancha acompañada de ensalada de lechuga 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 km 0 guisadas con chorizo Taco de pez espada fresco al horno con mezcclum, batavia y zanahoria fresca Fruta ecológica y pan sin gluten	
467 Kcal 25,2g Prot 23,5g Lip 32,2g Hc	21	538 Kcal 28,9g Prot 37,1g Lip 17,6g Hc	22	458 Kcal 31,1g Prot 23,4g Lip 26g Hc	23	984 Kcal 60,6g Prot 38g Lip 95g Hc	24	329 Kcal 7,7g Prot 20,9g Lip 25,3g Hc	25
Lentejas Guisadas Tortilla de huevos frescos eco acompañada de ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan sin gluten		Achicoria fresca eco salteada con refrito de ajos Aguja de ternera fresca guisada con patatas zanahoria y cebolla al vapor Fruta ecológica y pan sin gluten		Judía verde fresca salteada con jamón Filete de eglefino fresco en salsa de verduras acompañada de ensalada de t Yogur y pan sin gluten		Pasta apta dietas Bistec de pollo fresco en salsa acompañado de ensalada de tomate 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	637 Kcal 30,2g Prot 41g Lip 32,3g Hc	29	887 Kcal 54,4g Prot 42,1g Lip 64,1g Hc	30	418 Kcal 28,4g Prot 24g Lip 19,4g 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 Cabezada de cerdo fresca guisada con zanahoria cebolla y calabacin salteao 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 Estofado de pavo fresco con ensalada de romana iceberg y zanahoria fresca 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