

	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
	CREMA DE VERDURA (14) HAMBURGUESA CARNE PLANCHA (6) ARROZ BLANCO ACTIMEL (7)	POTAJE DE GARBANZOS (4) con espinaca y bacalao TORTILLA ESPAÑOLA (3) LECHUGA CON TOMATE FRUTA	CREMA DE CALABACÍN (14) MAGRO DE CERDO CON TOMATE PATATAS FRITAS FRUTA	ALUBIAS PINTAS (14) con verduras MERLUZA AL LIMÓN (4) CALABACÍN REBOZADO (1,2,4,7,13) YOGUR (7)
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
MACARRONES ITALIANA (1,3,6,7)  LOMO SAJONIA (6) ENSALADA CON MAÍZ FRUTA	CREMA REINA (14)  FILETE POLLO PLANCHA PATATAS FRITAS ACTIMEL (7)	SOPA DE COCIDO (1,3,14) COMPLEMENTO DE COCIDO (14) Repollo, patatas, zanahoria Garbanzos, ternera, chorizo FRUTA	PATATAS GUIADAS CON MAGRO  VARITAS DE MERLUZA (1,4) GUISANTES REHOGADOS (14) FRUTA	LENTEJAS (14) con verduras HUEVOS VILLARROY (1,2,3,4,6,7,9,10,13,14) ENSALADA CON TOMATE YOGUR (7)
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
CREMA DE ZANAHORIA (14)  LACÓN A LA GALLEGA PATATAS FRITAS FRUTA	ARROZ CON POLLO (6,7)  VARITAS DE MERLUZA (1,4) ZANAHORIA SALTEADA (14) ACTIMEL (7)	ALUBIAS BLANCAS (14) con chorizo TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA CON MAÍZ FRUTA	CREMA DE CALABACÍN (14)  POLLO EN PEPITORIA (1,3,5) ENSALADA CON ACEITUNAS FRUTA	PATATAS GUIADAS (14) con verduras SALMÓN AL HORNO (4) CALABACÍN REBOZADO (1,2,4,7,13) YOGUR (7)
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
LENTEJAS A LA FRANCESA (7,14) HUEVOS VILLARROY (1,2,3,4,6,7,9,10,13,14) CHAMPIÑÓN AL AJILLO (14) FRUTA	CREMA DE VERDURAS (14)  VARITAS DE MERLUZA (1,4) ARROZ COCIDO ACTIMEL (7)	SOPA DE COCIDO (1,3,14) COMPLEMENTO DE COCIDO (14) Repollo, patatas, zanahoria Garbanzos, ternera, chorizo FRUTA	COLIFLOR AJO ARRIERO (14)  POLLO A LA CREMA (7) PATATAS FRITAS FRUTA	MACARRONES CON TOMATE (1,3)  MERLUZA REBOZADA (1,2,3,4,7,13) ENSALADA CON ZANAHORIA YOGUR (7)
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	
CREMA DE VERDURAS (14)  CINTA DE LOMO SAJONIA (6) ARROZ COCIDO FRUTA	ALUBIAS PINTAS (14) con verduras TORTILLA ESPAÑOLA (3) ENSALADA CON MAÍZ ACTIMEL (7)	ARROZ CON POLLO (6,7)  MERLUZA CON AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA CON SOJA (6) FRUTA	CREMA DE CALABAZA (14)  PAVO A LA JARDINERA PATATAS FRITAS FRUTA	

DANDO CUMPLIMIENTO A LA NORMATIVA 1169/2011 AL CONSUMIDOR PASAMOS A INFORMARLES DE LOS 14 ALERGENOS DEL MENÚ DEL COMEDOR CON SUS DISTINTAS LEYENDAS

1-GLUTEN

2-CRUSTACEOS

3-HUEVO

4-PESCADO

5-FRUTOS DE CASCARA

6-SOJA

7-LECHE

8-CACAHUETES

9-MOSTAZA

10-APIO

11-SESAMO

12-ALTRAMUCES

13-MOLUSCOS

14-SULFITOS



**Estimados padres:**

Les apuntamos las propiedades nutritivas del menú basal.

		<b>MARTES 1</b>		<b>MIÉRCOLES 2</b>		<b>JUEVES 3</b>		<b>VIERNES 4</b>	
		Kilocalorías	595	Kilocalorías	725	Kilocalorías	648	Kilocalorías	654
		Lípidos	28	Lípidos	27	Lípidos	30	Lípidos	18
		Proteínas	23	Proteínas	31	Proteínas	26	Proteínas	39
		Hidratos carbono	66	Hidratos carbono	83	Hidratos carbono	66	Hidratos carbono	74
<b>LUNES 7</b>		<b>MARTES 8</b>		<b>MIÉRCOLES 9</b>		<b>JUEVES 10</b>		<b>VIERNES 11</b>	
Kilocalorías	634	Kilocalorías	562	Kilocalorías	777	Kilocalorías	644	Kilocalorías	646
Lípidos	15	Lípidos	22	Lípidos	27	Lípidos	15	Lípidos	19
Proteínas	27	Proteínas	34	Proteínas	38	Proteínas	42	Proteínas	24
Hidratos carbono	88	Hidratos carbono	53	Hidratos carbono	89	Hidratos carbono	86	Hidratos carbono	84
<b>LUNES 14</b>		<b>MARTES 15</b>		<b>MIÉRCOLES 16</b>		<b>JUEVES 17</b>		<b>VIERNES 18</b>	
Kilocalorías	501	Kilocalorías	859	Kilocalorías	762	Kilocalorías	576	Kilocalorías	628
Lípidos	15	Lípidos	32	Lípidos	30	Lípidos	20	Lípidos	28
Proteínas	19	Proteínas	30	Proteínas	31	Proteínas	34	Proteínas	29
Hidratos carbono	70	Hidratos carbono	113	Hidratos carbono	77	Hidratos carbono	55	Hidratos carbono	64
<b>LUNES 21</b>		<b>MARTES 22</b>		<b>MIÉRCOLES 23</b>		<b>JUEVES 24</b>		<b>VIERNES 25</b>	
Kilocalorías	607	Kilocalorías	472	Kilocalorías	884	Kilocalorías	645	Kilocalorías	732
Lípidos	15	Lípidos	10	Lípidos	37	Lípidos	19	Lípidos	26
Proteínas	25	Proteínas	27	Proteínas	43	Proteínas	41	Proteínas	34
Hidratos carbono	90	Hidratos carbono	65	Hidratos carbono	89	Hidratos carbono	74	Hidratos carbono	83
<b>LUNES 28</b>		<b>MARTES 29</b>		<b>MIÉRCOLES 30</b>		<b>JUEVES 31</b>			
Kilocalorías	470	Kilocalorías	722	Kilocalorías	667	Kilocalorías	519		
Lípidos	8	Lípidos	26	Lípidos	16	Lípidos	12		
Proteínas	22	Proteínas	29	Proteínas	33	Proteínas	31		
Hidratos carbono	72	Hidratos carbono	78	Hidratos carbono	92	Hidratos carbono	67		