



(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo	I. Nutricional
			1 Crema de espinacas Abadejo en salsa con papas guisadas Yogur y pan (*) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta	2 Crema de calabaza Espaguetis napolitana con queso Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos	3 (**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Patatas y Fruta	4 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Fruta (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	Kcal: 560 HC: 80 Prot: 27 Lip: 17
5 Rancho canario Escalope de pollo con verduras salteadas Natillas y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	6 Crema de zanahoria Arroz a la cubana Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Embutido / Carne Grasa con Verdura y Lácteos	7 Puré de berros Fogonero al Orio con papas arrugadas y mojo Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	8 Crema de la huerta Lasaña Yogur y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	9 Puré de hortalizas Cinta de lomo con papas fritas Fruta en almíbar y pan (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta	10 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Legumbres y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	11 (**) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	Kcal: 692 HC: 86 Prot: 28 Lip: 28
12 Sopa de estrellas Paella de carne Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	13 Crema de bubango Merluza empanada con ensalada mixta Gelatina y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Pasta y Lácteos	14 Sopa casera Muslo de pollo asado con papas fritas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	15 Lentejas compuestas Pizza de atún Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	16 Crema de zanahoria Ternera a la jardinera Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Embutido / Carne Grasa con Verdura y Lácteos	17 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	18 (**) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	Kcal: 630 HC: 73 Prot: 30 Lip: 27
19 Crema de verduras Tortilla de chacina Fruta y pan (*) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	20 Crema de calabaza Cazuela de merluza Hojaldre de manzana y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	21 Potaje canario Ropa vieja Fruta y pan (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	22 Sopa de picadillo Cerdo Strogonoff con papas panaderas Postre Especial y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	23 <b>VACACIONES</b> (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Embutido / Carne Grasa con Patatas y Lácteos	24 (**) 1º Verdura 2º Precocinados con Pasta y Fruta (*) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos	25 (**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	Kcal: 546 HC: 69 Prot: 27 Lip: 20
26 <b>VACACIONES</b> (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	27 <b>VACACIONES</b> (**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	28 <b>VACACIONES</b> (**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	29 <b>VACACIONES</b> (**) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Patatas y Lácteos	30 <b>VACACIONES</b> (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Fruta			Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0