


LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

3

Arroz con salsa de tomate y orégano - Rice with tomato
Cinta de Sajonia al horno - Grilled pork steak
con patatas Rostie - with potatoes
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
705,45	31,27	75,96	30,74	7,00

4

Fideuá de pollo(1, 3) - Noodles with chicken
Merluza rebozada(1, 3, 4) - Breaded hake fish
con ensalada(12) - with salad
Pan(1) - Bread
Petit Suisse(7) -

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
680,97	42,07	66,06	27,60	4,67

5


Sopa de cocido(1, 3) - Meat and pasta soup
Cocido completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo y panceta(19) - Chickpea, meat and vegetables
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
677,69	40,64	87,46	18,35	5,51

6

Ensalada campera (patata, maíz, atún, aceitunas)(12, 4) - Potato salad
Tortilla de jamón(3, 6) - Ham omelette con lechuga y tomate(12) - Lettuce & tomato
Pan(1) - Bread
Natillas con galleta(1, 7) - Vanila cream

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
623,19	24,40	62,93	31,36	6,85

7

Crema de calabacín con picatostes(1, 3, 7, 9) - Cream of zucchini soup
Pollo al curry - Chicken in curry sauce con arroz - with rice
Pan(1) - Bread
Fruta temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
629,91	28,77	93,51	15,50	3,07

10

Paella mixta (pollo, calamar)(14) - Rice with chicken and seafood
Fogonero en salsa(4) - Hake fish in sauce con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
630,88	33,90	81,38	17,25	3,56

11

Gazpacho(12) - Cold tomato soup
Escalope de pollo(1, 3) - Breaded chicken fillet
con patatas fritas - Fried potatoes
Pan(1) - Bread
Yogur de sabores(7) - Yoghurt

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
652,73	29,09	53,90	35,48	6,45

12

Judías verdes con jamón(19, 6) - Green beans with ham
Albóndigas mixtas con cus-cús(1, 12, 19, 6) - Meatballs with vegetables & couscous
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
670,19	21,60	82,32	28,13	5,81

13

Espaguetis gratinados(1, 3, 7) - Pasta with tomato sauce & cheese
Estofado de pavo con verduras - Turkey stew with vegetables
Pan(1) - Bread
Fruta temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
625,49	33,59	97,87	10,89	2,57

14

Ensalada de garbanzos (pavo, huevo, atún) (12, 3, 4, 6) - Chickpea salad
Tortilla de queso(3, 7) - Cheese omelette con lechuga y zanahoria(12) - lettuce & carrot
Pan(1) - Bread
Helado(7) - Ice cream

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
654,24	25,13	50,86	39,53	13,01

17

Lentejas guisadas con verduras(1, 19) - Lentil stew
Filete de palometa con salsa de tomate y patata cocida(4) - Fish in tomato sauce
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
649,84	40,75	68,76	23,54	3,05

18

Ensalada de espirales (jamón, maíz, atún)(1, 3, 4, 6) - Pasta salad
Pollo asado - Grilled chicken con lechuga y tomate(12) - Lettuce & tomato
Pan(1) - Bread
Yogur de sabores(7) - Yoghurt

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
657,18	38,86	61,61	28,19	6,00

19

Arroz con verduras y magro - Rice with pork
Tortilla de patata y calabacín(3) - Potato and zucchini omelette con ensalada(12) - mixed salad
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
663,85	21,31	86,25	27,17	5,17

**MENÚ ESPECIAL
FIN DE CURSO**
20
27
21

Macarrones gratinados(1, 3, 7) - Pasta with tomato sauce & cheese
San Jacobo(1, 10, 11, 13, 14, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9) - Breaded ham and cheese steak con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan(1) - Bread
Fruta de temporada - Fruit

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
633,26	20,47	96,89	17,52	4,13

24
25
26
27
28

ALÉRGICOS

1. GLUTEN

2. CRUSTÁCEOS

3. HUEVOS

4. PESCADO

5. CACAHUETES

6. SOJA

7. LÁCTEOS

8. FRUTOS DE CÁSCARA

9. APIO

10. MOSTAZA

11. SÉSAMO

12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS

13. ALTRAMUCES

14. MOLUSCOS