

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01				
<p>EL MENÚ DIARIO SE SERVIRÁ CON ENSALADA DE DIFERENTES NUTRIENTES. (como entrante)</p> <p>LOS ALUMNOS DE INFANTIL DE TRES AÑOS, LOS DÍAS DE VERDURA COMO PRIMER PLATO, SE LES SERVIRÁ EN PURÉ</p>				<p>Judías pintas con arroz, patata y zanahoria <i>Pints with rice, potatoes and carrot</i></p> <p>Palometa con tomate y pimiento verde <i>Palometa with tomato and green peeper.</i></p> <p>Yogur y pan <i>Yoghurt and bread</i></p> <p>Kcal - 698/ Lip - 30/ Prot - 15/ HC - 52</p>
04 05 06 07 08				
<p>Arroz con calamares , pollo y verduras <i>Rice with squid ,chicken and vegetables</i></p> <p>Tortilla de calabacín con tomate natural Zucchini omelette with tomato</p> <p>Fruta natural, leche y pan <i>Fresh fruit, milk and bread</i></p> <p>Kcal - 682/ Lip - 29/ Prot - 14/ HC - 51</p>	<p>Macarrones boloñesa <i>Bolognese macaroni</i></p> <p>Merluza Orly con mahonesa <i>Orly Hake with mayo</i></p> <p>Fruta natural y pan <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>Kcal - 725/ Lip - 31/ Prot - 16/ HC - 53</p>	<p>Potaje de garbanzos con espinacas, zanahoria y patata <i>Chickpeas with spinach, carrot and potato</i></p> <p>Muslitos de pollo y chips <i>Chicken thighs with chips</i></p> <p>Fruta natural y pan <i>Fresh fruit and wholemeal bread</i></p> <p>Kcal - 679/ Lip - 31/ Prot - 15/ HC - 50</p>	<p>Coliflor con bechamel <i>Cauliflower with bechamel</i></p> <p>Pelota Alicantina <i>Alicantina ball</i></p> <p>Zumo de naranja natural y pan <i>Fresh orange juice and bread</i></p> <p>Kcal - 685/ Lip - 28/ Prot - 15/ HC - 51</p>	<p>Paella con magro y verdura <i>Lean pork paella</i></p> <p>Palometa con salsa de tomate <i>Parona leather in tomatoe sauce</i></p> <p>Fruta natural y pan <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>Kcal - 687/ Lip - 33/ Prot - 20/ HC - 52</p>
11 12 13 14 15				
<p>Sopa de verduras con arroz <i>Vegetables soup with rice</i></p> <p>Halibut con patatas panadera <i>Halibur fillet with potatoes</i></p> <p>Zumo de naranja natural y pan <i>Fresh orange juice and bread</i></p> <p>Kcal - 678/ Lip - 28/ Prot - 15/ HC - 54</p>	FESTIVO	<p>Judías verdes rehogadas con zanahoria, tomate y atún <i>Green Beans lightly fried with carrot, tomato and tuna</i></p> <p>Pollo en pepitoria <i>Pepitoria style ecological chicken with vegetables</i></p> <p>Fruta natural y pan integral</p> <p>Kcal - 664/ Lip - 29/ Prot - 14/ HC - 54</p>	<p>Sopa de cocido con fideos <i>Stew soup</i></p> <p>Complemento de garbanzos, chorizo, ternera, patata y zanahoria <i>Chickpeas, sauce, meat, potato and carrot</i></p> <p>Zumo de naranja natural y pan <i>Fresh orange juice and bread</i></p> <p>Kcal - 770/ Lip - 28/ Prot - 20/ HC - 51</p>	<p>Lentejas guisadas con verdura <i>Lentils stew with vegetables</i></p> <p>Tortilla de atún con champiñón <i>Tuna omelette with mushroom</i></p> <p>Fruta natural y pan <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>Kcal 697 Lip 21 Prot 19 HC 49</p>
18 19 20 21 22				
<p>Espaguetis a la Carbonara <i>Carbonara style spaguetti</i></p> <p>Lomo asado con patatas panadera <i>Roasted loin with baked potatoes</i></p> <p>Fruta natural, leche y pan <i>Fresh fruit, milk and bread</i></p> <p>Kcal - 692/ Lip - 30/ Prot - 15/ HC - 52</p>	<p>Lentejas con patatas ,zanahoria y pimiento <i>Lentils with potatoes, carrots and peppers</i></p> <p>Abadejo al horno con berenjena <i>Grilled abadejo with eggplant</i></p> <p>Fruta natural y pan <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>Kcal - 720/ Lip - 28/ Prot - 20/ HC - 52</p>	<p>Arroz tres delicias / huevo / zanahoria y guisantes <i>Rice with egg, carrot, and peas</i></p> <p>Pollo asado con champiñón <i>Roast chicken with mushroom</i></p> <p>Fruta natural y pan <i>Fresh fruit and wholemeal bread</i></p> <p>Kcal - 685/ Lip - 26/ Prot - 18/ HC - 49</p>	<p>Potaje de alubias y verduras <i>Beans and vegetables ecological</i></p> <p>Tortilla francesa con calabacín <i>Onelette francoise with courgette</i></p> <p>Zumo de naranja natural y pan <i>Fresh orange juice and bread</i></p> <p>Kcal - 687/ Lip - 28/ Prot - 15/ HC - 50</p>	<p>Puré de verdura con picatostes <i>Mashed vegetables & fried bread</i></p> <p>Merluza a la romana con chips <i>Hake style Romana with chisp</i></p> <p>Fruta natural y leche <i>Fresh fruit and milk</i></p> <p>Kcal - 688/ Lip - 29/ Prot - 15/ HC - 52</p>
25 26 27 28 29				
<p>Paella mixta con pollo y verduras variadas <i>Mixed paella with vegetables</i></p> <p>Filete de Sajonia con pimientos asado <i>Saxony fillet with roasted pepper</i></p> <p>Fruta natural, leche y pan <i>Fresh fruit, milk and bread</i></p> <p>Kcal - 679/ Lip - 31/ Prot - 18/ HC - 51</p>	<p>Crema de legumbres con garbanzos y verduras <i>Vegetables cream with chickpeas and vegetables</i></p> <p>Merluza al limón con champiñón <i>Hake in lemon with mushroom</i></p> <p>Fruta y pan <i>Ecological fruit and bread</i></p> <p>Kcal - 693/ Lip - 29/ Prot - 15/ HC - 53</p>	<p>Sopa de picadillo <i>Chicken ham and noodle soup</i></p> <p>Ragou Ternera y patatas fritas <i>Veal stew with potatoes fries</i></p> <p>Fruta y pan integral <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>Kcal - 750/ Lip - 31/ Prot - 18/ HC -</p>	<p>Lentejas con chorizo, zanahoria y patata <i>Stewed Lentils with chorizo, carrot and potato</i></p> <p>Tortilla de atún con berenjena <i>Cheese omelette with eggplant</i></p> <p>Zumo de naranja natural y pan <i>Fresh orange juice and bread</i></p> <p>Kcal - 690/ Lip - 28/ Prot - 14/ HC - 53</p>	<p>Macarrones gratinados con broccoli <i>Gratini macaroni with broccoli</i></p> <p>Chispitas rebizadas con champiñón <i>Battered hake with mushroom</i></p> <p>Fruta natural y pan <i>Fresh fruit and bread</i></p> <p>Kcal - 645/ Lip - 28/ Prot - 15/ HC - 52</p>