

<i>LUNES</i>	<i>MARTES</i>	<i>MIÉRCOLES</i>	<i>JUEVES</i>	<i>VIERNES</i>
3	4	5	6	7
Espagueti carbonara 1-3-7 Rabas 1-3-4-7 Fruta <i>A/M:</i> Bocado de queso 1-7 Sugerencia de cena: Huevos	Lentejas con verdura Filete con patatas 1 Fruta <i>A/M:</i> Fruta Sugerencia de cena: Pescado	Judías con patatas 12 Hamburguesa salsa zanahoria 1-3-7 Yogurt 7 <i>A/M:</i> Quesito con galletas 1-3-7 Sugerencia de cena: Pescado	Alubias rojas con verdura San Jacobo 1-7 Fruta <i>A/M:</i> Fruta Sugerencia de cena: Huevos o carne	Patatas en salsa verde 12 Pescado al horno o rebozado 1-3-4 Fruta <i>A/M:</i> Bocado de jamón York 1 Sugerencia de cena: Carne
10	11	12	13	14
Ensalada de pasta 1-3-4 Empanadillas 1-2-3-4-13 Fruta <i>A/M:</i> Bocado de chorizo 1 Sugerencia de cena: Carne	Garbanzos con verdura Pechuga con ensalada 1 Fruta <i>A/M:</i> Fruta Sugerencia de cena: Pescado	Puré de calabaza 12 Albóndigas con patatas 1-3-7 Yogurt 7 <i>A/M:</i> Sobao 1-3-7 Sugerencia de cena: Huevos	Alubias blancas con verdura Tortillas de patata 3-12 Fruta <i>A/M:</i> Fruta Sugerencia de cena: Carne	Macarrones bolognesa 1-3-7 Pescado al horno o rebozado 1-3-4 Fruta <i>A/M:</i> Bocado de pavo 1 Sugerencia de cena: Carne o huevos
17	18	29	20	21
Lentejas con verdura Lomo con patatas 1 Fruta <i>A/M:</i> Bocado de mortadela 1 Sugerencia de cena: Pescado	Judías con patatas 12 Pollo en salsa con champiñones Fruta <i>A/M:</i> Fruta Sugerencia de cena: Huevos	Arroz 3 delicias Salchichas con patatas 12 Yogurt 7 <i>A/M:</i> Pastas 1 Sugerencia de cena: Pescado	Sopa de fideos 1-3 Carne con tomate Fruta <i>A/M:</i> Fruta Sugerencia de cena: Pescado	Cocido Lebaniego Pescado al horno o rebozado 1-3-4 Fruta <i>A/M:</i> Bocado de chorizo 1 Sugerencia de cena: Carne o huevos
24	25	26	27	28
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO

SANDRA CORRAL GONZÁLEZ
DIETISTA - NUTRICIONISTA



- Martes y jueves se sirve pan integral.
- Se ofrece variedad de frutas de temporada y cercanía (mandarina, plátano, manzana, naranja, melón, sandía, uvas, kiwi, ciruelas etc.)
- No se especifica el tipo de pescado por depender de la situación del mercado y temporada. Sólo se sirve bocarte, sardina, merluza, sarda y bonito.
- Para cocinar y aliñar los platos se utiliza sal yodada y aceite de oliva virgen extra.
- Todos los días se ofrece fruta como alternativa en el aperitivo/merienda
- Se sustituirán aquellos platos que contengan alérgenos a los alumnos con alguna alergia/intolerancia. Dicha información está disponible para aquellas familias que lo soliciten.

Alérgenos que pueden contener los alimentos:

