



				1	774 Kcal. P.: 20 HC.: 46 L.: 32 G.: 7 LECHUGA Y COL LOMBARDA ESPIRALES AL AJILLO CON QUESO RALLADO BACALAO A LA RIOJANA LÁCTEO
				2	823 Kcal. P.: 14 HC.: 38 L.: 44 G.: 6 LECHUGA Y APIO LENTEJAS GUISADAS CON ZANAHORIA VARITAS DE MERLUZA FRUTA DE TEMPORADA
5	797 Kcal. P.: 19 HC.: 45 L.: 34 G.: 6	6	830 Kcal. P.: 17 HC.: 37 L.: 42 G.: 10	7	671 Kcal. P.: 17 HC.: 35 L.: 46 G.: 12
	ENSALADA VERDE MACARRONES CON ATÚN RAGOUT DE PAVO FRUTA DE TEMPORADA		ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAÍZ ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS A LA CASERA TORTILLA DE PATATAS LÁCTEO		ENSALADA DE TOMATE Y PEPINO CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA ALBONDIGAS DE TERNERA CON CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA
12	584 Kcal. P.: 19 HC.: 41 L.: 29 G.: 11	13	707 Kcal. P.: 18 HC.: 51 L.: 29 G.: 6	14	723 Kcal. P.: 19 HC.: 47 L.: 30 G.: 9
	LECHUGA Y ESPÁRRAGOS CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA FRUTA DE TEMPORADA		ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, SOJA Y ZANAHORIA ESPAGUETES GRATINADOS MERLUZA HORNO SOBRE LECHO DE VERDURAS LÁCTEO		LECHUGA Y SOJA LENTEJAS CON CHORIZO CANELONES DE ATÚN FRUTA DE TEMPORADA
19	675 Kcal. P.: 12 HC.: 55 L.: 29 G.: 5	20	733 Kcal. P.: 15 HC.: 50 L.: 31 G.: 6	21	674 Kcal. P.: 19 HC.: 37 L.: 41 G.: 8
	ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, SOJA Y ZANAHORIA TALLARINES A LA NAPOLITANA REVUELTO MURCIANO CON HUEVO, CALABACIN, PATATA Y CEBOLLA FRUTA DE TEMPORADA		ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA POTAJE DE GARBANZOS CROQUETAS DE BACALAO LÁCTEO		ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE CREMA DE CALABACIN NATURAL CON PICATOSTES RAGOUT DE CERDO ESTOFADO FRUTA DE TEMPORADA
26	722 Kcal. P.: 18 HC.: 44 L.: 34 G.: 7	27	764 Kcal. P.: 26 HC.: 29 L.: 44 G.: 9	28	710 Kcal. P.: 12 HC.: 40 L.: 45 G.: 8
	ENSALADA VERDE CON LECHUGA, PEPINO Y OLIVAS LENTEJAS GUISADAS CON ZANAHORIAS Y ARROZ JAMONCITOS DE POLLO AL CURRY FRUTA DE TEMPORADA		ENSALADA DE SOJA GUISADO DE POLLO BIENMESABE MALAGUEÑO (cazón enharinado) LÁCTEO		ARROZ D.O. VALENCIA ENSALADA DE MAÍZ PAELLA ALCANTINA D.O. VALENCIA TORTILLA DE PATATAS FRUTA DE TEMPORADA
				8	760 Kcal. P.: 16 HC.: 41 L.: 41 G.: 8
				9	845 Kcal. P.: 17 HC.: 49 L.: 32 G.: 12
				15	661 Kcal. P.: 16 HC.: 33 L.: 50 G.: 12
				16	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				22	653 Kcal. P.: 20 HC.: 45 L.: 33 G.: 9
				23	881 Kcal. P.: 13 HC.: 40 L.: 47 G.: 15
				29	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				30	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				31	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				32	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				33	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				34	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				35	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				36	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				37	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				38	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				39	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				40	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				41	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				42	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				43	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				44	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				45	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				46	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				47	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				48	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				49	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				50	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				51	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				52	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				53	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				54	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				55	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				56	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				57	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				58	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				59	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				60	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				61	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				62	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				63	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				64	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				65	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				66	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				67	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				68	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				69	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				70	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				71	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				72	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				73	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				74	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				75	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				76	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				77	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				78	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				79	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				80	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				81	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				82	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				83	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				84	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				85	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				86	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				87	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				88	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				89	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				90	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				91	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				92	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				93	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				94	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				95	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				96	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				97	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				98	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				99	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5
				100	835 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 35 G.: 5



NOTAS: La valoración nutricional media mensual es: 740 Kcal. P.: 17 HC.: 43 L.: 38 G.: 9. Leyendas: Kcal: Kilo-calorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: Azúcares / C: Carbohidratos. Aportes calóricos. Indicados calculados para niños/as de 6 a 9 años. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Nuestros menús incluyen PAN y la bebida será AGUA.