

**LUNES 6**

Coditos Carbonara 🍴🍳🍷⚠️  
 Brócoli Rehogado 🍴  
 Bacalao con Tomate 🐟  
 Bacalao Enharinado 🍴🍷  
 Judías Verdes Rehogadas 🍴  
 Fruta Temporada. Pan y Agua 🍏🍏  
 813 Kcal. 43,05g Prot. 92,38g H.C. 27,84g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Pavo

**LUNES 13**

Arroz con Verduras 🍴  
 Calabacín a la Plancha 🍴  
 Cinta de Lomo a la Plancha 🍴  
 Escalope de Cerdo 🍴  
 Ensalada de Lechuga 🍴🍷  
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍏🍏  
 743 Kcal. 30,38g Prot. 89,78g H.C. 27,55g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Pescado

**LUNES 20**

Lentejas a la Madrileña 🍴  
 Crema de Puerros 🍴  
 Tortilla de Patatas 🍴  
 Revuelto con Jamón 🍴⚠️  
 Duo de Verduras 🍴  
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍏🍏  
 928 Kcal. 38,51g Prot. 82,75g H.C. 44,73g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Pescado

**LUNES 27**

Macarrones con Atún 🍴🍏🐟  
 Coliflor al Queso 🍴  
 Lomo a la Plancha 🍴  
 Salchichas al Horno 🍴  
 Ensalada Verde 🍴🍷  
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍏🍏  
 738 Kcal. 28,76g Prot. 83,11g H.C. 30,29g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Pescado

**MARTES 7**

Paella Mixta 🍴🐟🍷  
 Pisto Manchego 🍴🍏  
 Huevos con Bechamel 🍴🍳  
 Tortilla Fr de Jamón 🍴⚠️  
 Ens de Lechuga y Zanah 🍴  
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍏🍏  
 846 Kcal. 22,46g Prot. 101,16g H.C. 38,16g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Lomo

**MARTES 14**

Judías Verdes con Jamón 🍴  
 Crema Hortelana 🍴  
 Jamoncitos de Pollo al Ajillo 🍴  
 Contramuslo a la Plancha 🍴  
 Patatas Panadera 🍴  
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍏🍏  
 670 Kcal. 30,89g Prot. 51,6g H.C. 35,89g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Sopa y Huevo

**MARTES 21**

Sopa de Estrellas 🍴🍏  
 Guisantes a la Francesa 🍴  
 Escalopines a la Nata 🍴  
 Filete de Cerdo a la Plancha 🍴  
 Ens de Lechuga y Maiz 🍴  
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍏🍏  
 750 Kcal. 35,86g Prot. 66,89g H.C. 38,69g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Pavo

**MARTES 28**

Patatas Guisadas 🍴  
 Crema de Verduras 🍴  
 Pollo Asado 🍴  
 Pollo Empanado 🍴  
 Verduritas Dado 🍴  
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍏🍏  
 695 Kcal. 33,18g Prot. 67,62g H.C. 30,57g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Huevo

**MIÉRCOLES 1**

FESTIVO

**MIÉRCOLES 8**

Menestra Rehogada 🍴  
 Crema de Verduras 🍴  
 Pollo a la Pizzaiola 🍴  
 Filete de Pollo a la Plancha 🍴  
 Patatas Fritas 🍴  
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍏🍏  
 822 Kcal. 35,23g Prot. 70,11g H.C. 41,33g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Pescado

**MIÉRCOLES 15**

Sopa de Lluvia 🍴🍏  
 Espinacas con Patatas 🍴  
 Merluza Enharinada 🍴🐟  
 Merluza a la Riojana 🍴  
 Zanahoria baby 🍴  
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍏🍏  
 673 Kcal. 29,64g Prot. 68,86g H.C. 31,87g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Pollo

**MIÉRCOLES 22**

Macarrones Gratinados 🍴🍏  
 Brócoli Salteado 🍴  
 Albóndigas en Salsa 🍴⚠️  
 Filete Ruso 🍴⚠️  
 Jardinera 🍴  
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍏🍏  
 763 Kcal. 21,17g Prot. 104,5g H.C. 25,2g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Sopa y Pescado

**MIÉRCOLES 29**

Sopa de Cocido 🍴🍏  
 Repollo Rehogado 🍴  
 Cocido Completo 🍴  
 Gallo San Pedro al Horno 🍴🐟  
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍏🍏  
 781 Kcal. 32,89g Prot. 83,59g H.C. 34,56g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Pescado

**JUEVES 2**

Crema de Zanahorias 🍴  
 Guisantes con Bacon 🍴  
 Merluza a la Meuniere 🍴🐟  
 Merluza a la Romana 🍴🐟  
 Patatas al Vapor 🍴  
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍏🍏  
 743 Kcal. 32,9g Prot. 62,33g H.C. 38,26g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Sopa y Pollo

**JUEVES 9**

Judías Blancas Guisadas 🍴  
 Lombarda con Manzana 🍴  
 Abadejo a la Molinera 🍴🐟  
 Abadejo a la Marinera 🍴🐟  
 Ensalada Mixta 🍴  
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍏🍏  
 818 Kcal. 46,59g Prot. 57,81g H.C. 40,72g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Huevo

**JUEVES 16**

Crema de Legumbres 🍴  
 Salteado Campestre 🍴  
 Tortilla Fr de Jamón York 🍴🍏⚠️  
 Revuelto de Queso 🍴🍳  
 Ens de Lechuga y Cebolla 🍴  
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍏🍏  
 728 Kcal. 34,79g Prot. 54,5g H.C. 38,87g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Lomo

**JUEVES 23**

Crema de Calabaza 🍴  
 Judías Verdes Rehogadas 🍴  
 Roti de Pavo 🍴  
 Filete de Pollo a la Plancha 🍴  
 Patatas Asadas 🍴  
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍏🍏  
 677 Kcal. 28,59g Prot. 72,49g H.C. 27,56g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Huevo

**JUEVES 30**

Arroz Tres Delicias 🍴  
 Judías Verdes con Bacon 🍴  
 Merluza con Mayonesa 🍴🐟  
 Merluza a la Andaluza 🍴🐟  
 Ens de Lechuga y Cebolla 🍴  
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍏🍏  
 856 Kcal. 39,07g Prot. 85,06g H.C. 38,87g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Pollo

**VIERNES 3**

Sopa de Cocido 🍴🍏  
 Repollo Rehogado 🍴  
 Cocido Completo 🍴  
 Gallo San Pedro a la Plancha 🍴🐟  
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍏🍏  
 781 Kcal. 32,89g Prot. 83,59g H.C. 34,56g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Pescado

**VIERNES 10**

Crema Parmentier 🍴  
 Alcachofas con Jamón 🍴  
 Albóndigas a la Cazuela 🍴⚠️  
 Hamburguesa a la Plancha 🍴⚠️  
 Arroz Pilaf 🍴  
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍏🍏  
 737 Kcal. 22,81g Prot. 78,14g H.C. 29g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Pescado

**VIERNES 17**

Espaguetis con Tomate 🍴🍏  
 Acelgas al Ajoarriero 🍴  
 Hamburguesa a la Plancha 🍴⚠️  
 Albóndigas Guisadas 🍴⚠️  
 Ensalada Mixta 🍴  
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍏🍏  
 805 Kcal. 26,98g Prot. 85,64g H.C. 36,96g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Pescado

**VIERNES 24**

Paella Valenciana 🍴  
 Ratatouille 🍴  
 Gallo San Pedro a la Plancha 🍴🐟  
 Gallo San Pedro Enharinado 🍴🐟  
 Verduritas Dado 🍴  
 Fruta Temporada, Pan y Agua 🍏🍏  
 745 Kcal. 33,84g Prot. 99,75g H.C. 21,49g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
 Verdura y Lomo

**VIERNES 31**

*(Empty box)*

**LEYENDA**

- 🍌 - cacahuete
- 🍌 - mostaza
- 🍌 - apio
- 🍌 - soja
- 🍌 - moluscos
- 🍌 - altramuces
- 🍌 - frutos de cáscara
- 🍌 - crustáceos
- 🍌 - sésamo
- 🍌 - sulfitos
- 🍌 - gluten
- 🍌 - pescado
- 🍌 - huevo
- 🍌 - leche
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Todos los días habrá pan integral a disposición de los alumnos que lo deseen  
**4º, 5º y 6º de Primaria y Secundaria**



**LUNES 5**

Coditos Carbonara 🍴🥚🍷⚠️  
Brócoli Rehogado 🍴  
Bacalao con Tomate 🐟  
Bacalao Enharinado 🍴🍷  
Judías Verdes Rehogadas 🍴  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pavo

**LUNES 6**

Coditos Carbonara 🍴🥚🍷⚠️  
Brócoli Rehogado 🍴  
Bacalao con Tomate 🐟  
Bacalao Enharinado 🍴🍷  
Judías Verdes Rehogadas 🍴  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pavo

**LUNES 13**

Arroz con Verduras  
Calabacín a la Plancha  
Cinta de Lomo a la Plancha  
Escalope de Cerdo 🍴  
Ensalada de Lechuga 🍷  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**LUNES 20**

Lentejas a la Madrileña  
Crema de Puerros  
Tortilla de Patatas 🍴  
Revuelto con Jamón 🍴⚠️  
Duo de Verduras  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**LUNES 27**

Macarrones con Atún 🍴🥚🐟  
Coliflor al Queso 🍷  
Lomo a la Plancha  
Salchichas al Horno 🍷  
Ensalada Verde 🍷  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**MARTES 7**

Paella Mixta 🍴🐟🍷  
Pisto Manchego 🍴  
Huevos con Bechamel 🍴🍷  
Tortilla Fr de Jamón 🍴⚠️  
Ens de Lechuga y Zanah 🍷  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Lomo

**MARTES 14**

Judías Verdes con Jamón  
Crema Hortelana  
Jamoncitos de Pollo al Ajillo  
Contramuslo a la Plancha  
Patatas Panadera  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Huevo

**MARTES 21**

Sopa de Estrellas 🍴🥚  
Guisantes a la Francesa 🍷  
Escalopines a la Nata 🍷  
Filete de Cerdo a la Plancha 🍷  
Ens de Lechuga y Maiz 🍷  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pavo

**MARTES 28**

Patatas Guisadas  
Crema de Verduras  
Pollo Asado  
Pollo Empanado  
Verduras Dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Huevo

**MIÉRCOLES 1**

FESTIVO

**MIÉRCOLES 8**

Menestra Rehogada  
Crema de Verduras  
Pollo a la Pizzaiola 🍷  
Filete de Pollo a la Plancha  
Patatas Fritas  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**MIÉRCOLES 15**

Sopa de Lluvia 🍴🥚  
Espinacas con Patatas  
Merluza Enharinada 🐟🍷  
Merluza a la Riojana 🐟  
Zanahoria baby  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pollo

**MIÉRCOLES 22**

Macarrones Gratinados 🍴🥚🍷  
Brócoli Salteado 🍴  
Albóndigas en Salsa 🍴⚠️  
Filete Ruso 🍴⚠️  
Jardinera  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Pescado

**MIÉRCOLES 29**

Sopa de Cocido 🍴🥚  
Repollo Rehogado  
Cocido Completo  
Gallo San Pedro al Horno 🐟  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**JUEVES 2**

Crema de Zanahorias  
Guisantes con Bacon 🍴  
Merluza a la Meuniere 🐟🍷  
Merluza a la Romana 🐟🍷  
Patatas al Vapor  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Pollo

**JUEVES 9**

Judías Blancas Guisadas  
Lombarda con Manzana  
Abadejo a la Molinera 🐟🍷  
Abadejo a la Marinera 🐟🍷  
Ensalada Mixta 🍷  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Huevo

**JUEVES 16**

Crema de Legumbres  
Salteado Campestre  
Tortilla Fr de Jamón York 🍴⚠️  
Revuelto de Queso 🍴🍷  
Ens de Lechuga y Cebolla 🍷  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Lomo

**JUEVES 23**

Crema de Calabaza  
Judías Verdes Rehogadas 🍴  
Roti de Pavo 🍴⚠️  
Filete de Pollo a la Plancha  
Patatas Asadas  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Huevo

**JUEVES 30**

Arroz Tres Delicias  
Judías Verdes con Bacon 🍴  
Merluza con Mayonesa 🐟🍷  
Merluza a la Andaluza 🐟🍷  
Ens de Lechuga y Cebolla 🍷  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pollo

**VIERNES 3**

Sopa de Cocido 🍴🥚  
Repollo Rehogado  
Cocido Completo  
Gallo San Pedro a la Plancha 🐟  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**VIERNES 10**

Crema Parmentier  
Alcachofas con Jamón  
Albóndigas a la Cazuela 🍴⚠️  
Hamburguesa a la Plancha 🍴⚠️  
Arroz Pilaf  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**VIERNES 17**

Espaguetis con Tomate 🍴🥚  
Acelgas al Ajoarriero  
Hamburguesa a la Plancha 🍴⚠️  
Albóndigas Guisadas 🍴⚠️  
Ensalada Mixta 🍷  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**VIERNES 24**

Paella Valenciana  
Ratatouille  
Gallo San Pedro a la Plancha 🐟  
Gallo San Pedro Enharinado 🐟  
Verduras Dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Lomo

**VIERNES 31**

FESTIVO

**LEYENDA**

- 🍴 - cacahuete
- 🍷 - mostaza
- 🍴 - apio
- 🍷 - soja
- 🍷 - moluscos
- 🍴 - altramuces
- 🍴 - frutos de cáscara
- 🍴 - crustáceos
- 🍴 - sésamo
- 🍴 - sulfitos
- 🍴 - gluten
- 🐟 - pescado
- 🍴🥚 - huevo
- 🍴 - leche
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Todos los días habrá pan integral a disposición de los alumnos que lo deseen  
**4º, 5º y 6º de Primaria y Secundaria**



**LUNES 5**

Coditos Carbonara  
Bacalao con Tomate  
Judías Verdes Rehogadas  
Fruta Temporada, Pan y Agua

813 Kcal. 43,05g Prot. 92,38g H.C. 27,84g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pavo

**MARTES 6**

Paella Mixta  
Huevos con Bechamel  
Ens de Lechuga y Zanah  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

846 Kcal. 22,46g Prot. 101,16g H.C. 38,16g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Lomo

**MIÉRCOLES 1**

FESTIVO

**JUEVES 2**

Crema de Zanahorias  
Merluza a la Meuniere  
Patatas al Vapor  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

743 Kcal. 32,9g Prot. 62,33g H.C. 38,26g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Pollo

**VIERNES 3**

Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Fruta Temporada, Pan y Agua

781 Kcal. 32,89g Prot. 83,59g H.C. 34,56g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**LUNES 6**

Coditos Carbonara  
Bacalao con Tomate  
Judías Verdes Rehogadas  
Fruta Temporada, Pan y Agua

813 Kcal. 43,05g Prot. 92,38g H.C. 27,84g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pavo

**MARTES 7**

Paella Mixta  
Huevos con Bechamel  
Ens de Lechuga y Zanah  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

846 Kcal. 22,46g Prot. 101,16g H.C. 38,16g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Lomo

**MIÉRCOLES 8**

Menestra Rehogada  
Pollo a la Pizzaiola  
Patatas Fritas  
Fruta Temporada, Pan y Agua

822 Kcal. 35,23g Prot. 70,11g H.C. 41,33g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**JUEVES 9**

Judías Blancas Guisadas  
Abadejo a la Molinera  
Ensalada Mixta  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

818 Kcal. 46,59g Prot. 57,81g H.C. 40,72g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Huevo

**VIERNES 10**

Crema Parmentier  
Albóndigas a la Cazuela  
Arroz Pilaf  
Fruta Temporada, Pan y Agua

737 Kcal. 22,81g Prot. 78,14g H.C. 29g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**LUNES 13**

Arroz con Verduras  
Cinta de Lomo a la Plancha  
Ensalada de Lechuga  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

743 Kcal. 30,38g Prot. 89,78g H.C. 27,55g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**MARTES 14**

Judías Verdes con Jamón  
Jamoncitos de Pollo al Ajillo  
Patatas Panadera  
Fruta Temporada, Pan y Agua

670 Kcal. 30,89g Prot. 51,6g H.C. 35,89g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Huevo

**MIÉRCOLES 15**

Sopa de Lluvia  
Merluza Enharinada  
Zanahoria baby  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

673 Kcal. 29,64g Prot. 68,86g H.C. 31,87g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pollo

**JUEVES 16**

Crema de Legumbres  
Tortilla Fr de Jamón York  
Ens de Lechuga y Cebolla  
Fruta Temporada, Pan y Agua

728 Kcal. 34,79g Prot. 54,5g H.C. 38,67g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Lomo

**VIERNES 17**

Espaguetis con Tomate  
Hamburguesa a la Plancha  
Ensalada Mixta  
Fruta Temporada, Pan y Agua

805 Kcal. 26,98g Prot. 85,64g H.C. 36,96g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**LUNES 20**

Lentejas a la Madrileña  
Tortilla de Patatas  
Ensalada Verde  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

928 Kcal. 38,51g Prot. 82,75g H.C. 44,73g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**MARTES 21**

Sopa de Estrellas  
Escalopines a la Nata  
Dúo de Verduras  
Fruta Temporada, Pan y Agua

750 Kcal. 35,86g Prot. 66,89g H.C. 38,69g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pavo

**MIÉRCOLES 22**

Macarrones Gratinados  
Albóndigas en Salsa  
Jardinera  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

763 Kcal. 21,17g Prot. 104,5g H.C. 25,2g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Pescado

**JUEVES 23**

Crema de Calabaza  
Roti de Pavo  
Patatas Asadas  
Fruta Temporada, Pan y Agua

677 Kcal. 28,59g Prot. 72,49g H.C. 27,56g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Huevo

**VIERNES 24**

Paella Valenciana  
Gallo San Pedro a la Plancha  
Verduras Dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua

745 Kcal. 33,84g Prot. 99,75g H.C. 21,49g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Lomo

**LUNES 27**

Macarrones con Atún  
Lomo a la plancha  
Ensalada Verde  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

738 Kcal. 28,76g Prot. 83,11g H.C. 30,29g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**MARTES 28**

Patatas Guisadas  
Pollo Asado  
Verduras Dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua

695 Kcal. 33,18g Prot. 67,62g H.C. 30,57g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Huevo

**MIÉRCOLES 29**

Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

781 Kcal. 32,89g Prot. 83,59g H.C. 34,56g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**JUEVES 30**

Arroz Tres Delicias  
Merluza con Mayonesa  
Ens de Lechuga y Cebolla  
Fruta Temporada, Pan y Agua

856 Kcal. 39,07g Prot. 85,06g H.C. 38,87g Lip.

**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pollo

**VIERNES 31**

FESTIVO

**LEYENDA**

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

Todos los días habrá pan integral a disposición de los alumnos que lo deseen

1º, 2º y 3º de Primaria

