

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES
02
03
04
05
06
09

 Kcal 809
Lip. 21

 P. 33
H.C. 124

- Paella
- Bacalao romana con ensalada
- Fruta
- Pan

10

 Kcal 722
Lip. 42

 P. 20
H.C. 67

- Judías verdes rehogadas
- Burger meat (albóndigas) en salsa madrileña
- Yogurt sabores
- Pan

11

 Kcal 685
Lip. 32

 P. 29
H.C. 76

- Sopa de estrellas con pollo y huevo
- Filete de cerdo con ensalada
- Fruta
- Pan

12

 Kcal 598
Lip. 21

 P. 43
H.C. 62

- Ensalada con pasta
- Estofado de pavo con verduras
- Actimel
- Pan

13

 Kcal 635
Lip. 17

 P. 24
H.C. 96

- Garbanzos
- Tortilla de patata con ensalada
- Fruta
- Pan

16

 Kcal 956
Lip. 46

 P. 36
H.C. 103

- Macarrones carbonara
- Boquerones andaluza con lechuga
- Fruta
- Pan

17

 Kcal 721
Lip. 17

 P. 47
H.C. 98

- Lentejas
- Pechugas de pollo en salsa de champiñón
- Yogurt sabores
- Pan

18

 Kcal 712
Lip. 24

 P. 29
H.C. 98

- Patatas con magro
- Merluza en salsa americana
- Fruta
- Pan

19

 Kcal 753
Lip. 29

 P. 34
H.C. 86

- Judías pintas con chorizo
- Burger meat (hamburguesa) al horno en salsa jardinera
- Helado
- Pan

20

 Kcal 592
Lip. 21

 P. 12
H.C. 93

- Crema de calabaza y zanahoria
- Huevos villarroy con ensalada
- Fruta
- Pan

23

 Kcal 580
Lip. 23

 P. 30
H.C. 69

- Ensalada con arroz
- Bacalao al horno con patata panadera
- Fruta
- Pan

24

 Kcal 913
Lip. 31

 P. 60
H.C. 97

- Garbanzos del cocido
- Sopa de picadillo
- Carne del cocido (ternera, pollo)
- Chorizo del cocido
- Yogurt natural azucarado
- Pan

25

 Kcal 726
Lip. 23

 P. 39
H.C. 95

- Espirales con tomate
- Lomo a la plancha con ensalada
- Fruta
- Pan

26

 Kcal 675
Lip. 26

 P. 46
H.C. 66

- Brócoli con bechamel
- Muslo de pollo asado con ensalada
- Yogurt sabores
- Pan

27

 Kcal 692
Lip. 19

 P. 21
H.C. 110

- Judías blancas
- Empanadillas de atún con lechuga
- Fruta
- Pan

30

 Kcal 733
Lip. 17

 P. 41
H.C. 107

- Macarrones napolitana
- Lomo adobado de cerdo empanado con lechuga
- Fruta
- Pan

“Conforme a lo establecido en el RD 126/2015, de 27 de febrero informamos que los ingredientes alérgenos que componen los platos basales están a disposición de las familias en la Cocina del Centro”

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA SUGERENCIA PARA LA CENA

Arroz, pasta, patata o legumbre	→	Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Verduras	→	Arroz, pasta o patata
Carnes	→	Pescado o huevo
Pescados	→	Carne o huevo
Huevo	→	Pescado o carne
Fruta	→	Lácteo o fruta
Lácteo	→	Fruta

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

02
03
04
05
06
09

 Kcal 809
Lip. 21

 P. 33
H.C. 124

- Paella
- Battered cod with salad
- Fruit
- Bread

10

 Kcal 722
Lip. 42

 P. 20
H.C. 67

- Sautéed green beans
- Burger meat (meatballs) with Madrid sauce
- Different flavors yogurt
- Bread

11

 Kcal 685
Lip. 32

 P. 29
H.C. 76

- Stars soup with chicken and egg
- Pork fillet with salad
- Fruit
- Bread

12

 Kcal 598
Lip. 21

 P. 43
H.C. 62

- Pasta salad
- Turkey stew with vegetables
- Actimel
- Bread

13

 Kcal 635
Lip. 17

 P. 24
H.C. 96

- Chickpeas
- Spanish omelette with salad
- Fruit
- Bread

16

 Kcal 956
Lip. 46

 P. 36
H.C. 103

- Carbonara macaroni
- Andalusian anchovies with lettuce
- Fruit
- Bread

17

 Kcal 721
Lip. 17

 P. 47
H.C. 98

- Lentils
- Chicken breasts in mushroom sauce
- Different flavors yogurt
- Bread

18

 Kcal 712
Lip. 24

 P. 29
H.C. 98

- Potatoes with pork meat
- Hake in American sauce
- Fruit
- Bread

19

 Kcal 753
Lip. 29

 P. 34
H.C. 86

- Red beans with sausage
- Baked burger meat (hamburger) in vegetable sauce
- Ice cream
- Bread

20

 Kcal 592
Lip. 21

 P. 12
H.C. 93

- Pumpkin and carrot cream
- Villarroy eggs with salad
- Fruit
- Bread

23

 Kcal 580
Lip. 23

 P. 30
H.C. 69

- Rice salad
- Baked cod with potatoes
- Fruit
- Bread

24

 Kcal 913
Lip. 31

 P. 60
H.C. 97

- Chickpeas
- Hash soup
- Cooked meat
- Chorizo (stew)
- Naturally sweetened yogurt
- Bread

25

 Kcal 726
Lip. 23

 P. 39
H.C. 95

- Spirals with tomato sauce
- Grilled pork loin with salad
- Fruit
- Bread

26

 Kcal 675
Lip. 26

 P. 46
H.C. 66

- Broccoli with bechamel
- Grilled chicken thigh with salad
- Different flavors yogurt
- Bread

27

 Kcal 692
Lip. 19

 P. 21
H.C. 110

- White Beans
- Small tuna patties with lettuce
- Fruit
- Bread

30

 Kcal 733
Lip. 17

 P. 41
H.C. 107

- Neapolitan macaroni
- Breaded marinated pork loin with lettuce
- Fruit
- Bread

FOOD EATEN AT LUNCHTIME
DINNER SUGGESTIONS

Rice, pasta, potatoes or pulses	→	Raw or cooked vegetables
Vegetables	→	Rice, pasta or potatoes
Meat	→	Fish or meat
Fish	→	Meat or egg
Egg	→	Fish or meat
Fruit	→	Dairy or fruit
Dairy	→	Fruit

