



Lunes
Monday

Tuesday
Martes

Wednesday
Miércoles

Thursday
Jueves

Friday
Viernes



BIENVENIDOS AL CURSO
2022/2023
WELCOME TO THE SCHOOL YEAR
2022/2023

Media azúcar: 18,5g
Media AGS: 9,3 g
Media sal: 1,3g

01/09/2022
Sopa de fideos
Tortilla española con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON POLLO
Lácteo
YOGURT
Hid. 73 Prot. 24 Lip. 26 Kcal. 623

02/09/2022
Crema de verduras
Lomo adobado con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON TERNERA
Lácteo
YOGURT
Hid. 48 Prot. 44 Lip. 32 Kcal. 656

05/09/2022
Arroz a la zamorana
Sajonia a la plancha con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON TERNERA
Fruta
YOGURT
Hid. 127 Prot. 39 Lip. 44 Kcal. 999

06/09/2022
Garbanzos estofados
Pechuga de pollo con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON POLLO
Fruta
YOGURT
Hid. 90 Prot. 70 Lip. 30 Kcal. 908

07/09/2022
Judías verdes rehogadas
Merluza a la romana con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON PESCADO
Fruta
YOGURT
Hid. 56 Prot. 41 Lip. 32 Kcal. 674

08/09/2022
FESTIVO

09/09/2022
Macarrones con tomate
Hamburguesa con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON TERNERA
Lácteo
YOGURT
Hid. 85 Prot. 32 Lip. 27 Kcal. 711

12/09/2022
Crema de puerro y zanahoria
Lomo a la plancha con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON PAVO
Fruta
YOGURT
Hid. 51 Prot. 39 Lip. 31 Kcal. 645

13/09/2022
Paella Mixta
Albóndigas en salsa verde
PURE DE VERDURAS
CON TERNERA
Fruta
YOGURT
Hid. 106 Prot. 43 Lip. 48 Kcal. 999

14/09/2022
Lentejas con verdura
Tortilla española con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON POLLO
Lácteo
YOGURT
Hid. 103 Prot. 43 Lip. 48 Kcal. 998

15/09/2022
Espaguetis a la boloñesa
Filete de lenguado con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON PESCADO
Fruta
YOGURT
Hid. 98 Prot. 55 Lip. 41 Kcal. 985

16/09/2022
Alubias blancas estofadas
Pollo asado con patatas
PURE DE VERDURAS
CON POLLO
Lácteo
YOGURT
Hid. 83 Prot. 62 Lip. 46 Kcal. 993

19/09/2022
Coditos con atún
Merluza en salsa
PURE DE VERDURAS
CON PESCADO
Fruta
YOGURT
Hid. 97 Prot. 50 Lip. 31 Kcal. 871

20/09/2022
Alubias pintas estofadas
Librillos de jamón y queso
PURE DE VERDURAS
CON TERNERA
Fruta
YOGURT
Hid. 98 Prot. 43 Lip. 53 Kcal. 999

21/09/2022
Arroz con tomate
Pechuga de pollo con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON POLLO
Lácteo
YOGURT
Hid. 38 Prot. 46 Lip. 23 Kcal. 549

22/09/2022
Garbanzos estofados
Varitas de merluza con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON PESCADO
Fruta
YOGURT
Hid. 89 Prot. 82 Lip. 29 Kcal. 950

23/09/2022
Judías verdes rehogadas
Tortilla española con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON PAVO
Lácteo
YOGURT
Hid. 87 Prot. 48 Lip. 31 Kcal. 818

26/09/2022
Macarrones con tomate
Filete de lenguado con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON PESCADO
Fruta
YOGURT
Hid. 90 Prot. 45 Lip. 25 Kcal. 769

27/09/2022
Alubias blancas estofadas
Tortilla española con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON POLLO
Fruta
YOGURT
Hid. 82 Prot. 58 Lip. 40 Kcal. 927

28/09/2022
Arroz con tomate
Lomo a la plancha con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON TERNERA
Lácteo
YOGURT
Hid. 91 Prot. 55 Lip. 37 Kcal. 918

29/09/2022
Lentejas con chorizo
Pollo asado con patatas
PURE DE VERDURAS
CON PESCADO
Fruta
YOGURT
Hid. 69 Prot. 58 Lip. 61 Kcal. 999

30/09/2022
Crema de verduras
Merluza a la romana con ensalada
PURE DE VERDURAS
CON PESCADO
Fruta
YOGURT
Hid. 75 Prot. 23 Lip. 22 Kcal. 596