

TODAS LAS ALERGIAS; SUSTITUCIÓN DE ALIMENTOS NO PERMITIDO POR OTRO TOLERABLE.
LECHE OPCIONAL EN TODAS LAS COMIDAS (NO SUSTITUYE A LA FRUTA). VARIEDAD DE PAN; de viena, de masa madre, integral y sin gluten.
 En los menús no se utiliza precocinado.
 Cocinamos con **aceite de oliva**.
L_G. LEGUMBRES- arroz ó verduras **L_C**. LACTOSA- alimentos y postres sin lactosa **P**. PESCADO- pollo, ternera, huevo ó cerdo
H. HUEVO- alimentos sin huevo **C**. CELIACOS- alimentos exentos de gluten.

INGESTA DIARIA RECOMENDADA (para niños/as de 6-9 años)	ENERGIA(Kcal)	PROTEÍNAS(g)	H. CARBONO	LÍPIDOS	AGS	CALCIO	HIERRO	VIT.A
2000	36					800	9	400
30-35%	35%					35%	35%	35%
% OFERTADO POR SARECO	755	37.2	71.9	31.7	9.1	233	6,2	388



	SEMANA DEL / WEEK FROM: 1 AL 3	SEMANA DEL / WEEK FROM: 6 AL 10	SEMANA DEL / WEEK FROM: 13 AL 17	SEMANA DEL / WEEK FROM: 20 AL 24	SEMANA DEL / WEEK FROM: 27 AL 31	
LUNES		ARROZ CON VERDURAS ALBONDIGAS CON PATATAS FRUTA Y LECHE, PAN 	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO, L _G . ACELGAS CON PATATAS HUEVOS VILLARROY CON ENSALADA, H. FILETE DE TERNERA FRUTA Y LECHE, PAN 	ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA CINTA DE LOMO ADOBADO A LA PLANCHA CON ENSALADA VERDE FRUTA Y LECHE, PAN 	<u>DIA INTERNACIONAL DEL CELIACO</u> PAELLA MIXTA VARITAS DE MERLUZA ADOBADAS Y EMPANADAS CON MAICENA, ENSALADA, P. HAMBURGUESA DE POLLO FRUTA, PAN SIN GLUTEN 	M O N D A Y
MARTES		JUDIAS PINTAS ESTOFADAS, L _G . PURE DE PATATA Y ZANAHORIA TIRAS DE MERLUZA ADOBADAS CON ZANAHORIA BABY, P. CINTA DE LOMO FRUTA, PAN	MACARRONES A LA BOLONESA MERLUZA A LA ANDALUZA Y ENSALADA CON QUESO, P. CROQUETAS DE JAMON/ L _C . (SIN) FRUTA, PAN	PATATAS CON REJOS, P. (CON MAGRO) FILETE DE POLLO EMPANADO CON PATATAS FRITAS FRUTA, PAN	LENTEJAS CON ACELGAS, L _G . SALTEADO DE VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON PISTO MANCHEGO, H. PAVO BRASEADO FRUTA, PAN	T U E S D A Y
MIERCOLES	FESTIVO PUBLIC HOLIDAY	MENU SIN LACTOSA MENESTRA DE VERDURAS CON BACON POLLO ASADO EN SU JUGO CON PATATA PANADERA FRUTA, PAN	FESTIVO PUBLIC HOLIDAY	MENU INTERNACIONAL: PERU PAPA A LA HUANCAINA, L _C . (SIN) GUISO DE REES CON ZANAHORIA, PIMIENTO Y COMINO ARROZ CON LECHE, PAN / POSTRE APTO 	MENU INTEGRAL PASTA INTEGRAL CON YORK Y TOMATE CAZON CON GUARNICION DE GUISANTES, P. CINTA DE LOMO FRUTA, PAN INTEGRAL	W E D N E S D A Y
JUEVES	FESTIVO PUBLIC HOLIDAY	PATATAS GUIADAS CON CARNE FILETE DE LIMANDA CON ENSALADA, P. FILETE RUSO FRUTA Y LECHE, PAN 	PAELLA CON CARNE Y VERDURAS SALMON REBOZADO CON ENSALADA DE COLORES, P. POLLO FRUTA, PAN	CREMA DE PUERRO Y CALABACIN LIMANDA EMPANADA Y ENSALADA CON REMOLACHA, P. SALCHICHAS FRUTA, PAN	ENSALADA DE PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO, ATUN Y ACEITUNAS, P. (SIN) JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA CON CHAMPIÑONES FRUTA Y LECHE, PAN 	T H U R S D A Y
VIERNES	FESTIVO PUBLIC HOLIDAY	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO (garbanzos, morcillo, codillo, chorizo, gallina, zanahoria, repollo y patata) L _G . REPOLLO, POLLO Y MORCILLO YOGUR, PAN 	PURE DE VERDURAS JAMON ASADO A LA PIÑA CON PATATAS HELADO, PAN 	JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA ESPAÑOLA CON RODAJA DE TOMATE ALIÑADO, H. CHULETA DE SAJONIA YOGUR, PAN 	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO (garbanzos, morcillo, codillo, chorizo, gallina, zanahoria, repollo y patata) L _G . REPOLLO, POLLO Y MORCILLO HELADO, PAN 	F R I D A Y

*KCAL=KILOCALORIAS (KILOCALORIES), P=PROTEINAS (PROTEINS), LP=LÍPIDOS (LIPIDS), HC=HIDRATOS DE CARBONO (CARBOHYDRATES), C=CALCIO (CALCIUM), H=HIERRO (IRON), VIT.A=VITAMINA-A (VITAMIN-A), AGS=ACIDOS GRASOS SATURADOS (MONOUNSATURATED FATTY ACIDS).