



SEMANA 1		LUNES	2	MARTES	3	MIERCOLES	4	JUEVES	5	VIERNES	6
Primer Plato				Puré de Patata y Zanahoria	Información nutricional:	Espaguetis a la Italiana	Información nutricional:			Arroz con Tomate	Información nutricional:
Segundo Plato	FESTIVO			Chuleta de cerdo a la Plancha	415 kcal. 19,2% prot.	Pescado a la Andaluza	601 kcal. 15,7% prot.	FESTIVO		Hamburguesa de Pollo	562 kcal. 10,9% prot.
Guarnición				Ensalada	41,3% H.C.	Ensalada	50,0% H.C.			Patatas Fritas	55,9% H.C.
Postre				P. Lácteo o Fruta del Tiempo	39,5% lip.	Fruta del Tiempo	34,0% lip.			Fruta del Tiempo	32,9% lip.
Cena Sugerida:				Sopa y Pescado		Verdura y Pollo				Verdura y Huevo	
SEMANA 2		LUNES	9	MARTES	10	MIERCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Primer Plato		Patatas a la Marinera	Información nutricional:	Arroz con Magro	Información nutricional:	Crema de Calabaza	Información nutricional:	Sopa de Lluvia	Información nutricional:	Lentejas Estofadas	Información nutricional:
Segundo Plato		Muslitos de Pollo en Salsa	439 kcal. 16,7% prot.	Lenguado Rebozado	690 kcal. 17,2% prot.	Estofado de Pavo	433 kcal. 19,4% prot.	Cinta de Lomo a la Plancha	404 kcal. 22,8% prot.	Tortilla de Bonito	475 kcal. 23,0% prot.
Guarnición		Ensalada	55,3% H.C.	Ensalada	49,0% H.C.	Patatas Fritas	30,8% H.C.	Patatas Fritas	28,5% H.C.	Ensalada	22,5% H.C.
Postre		Fruta del Tiempo	27,2% lip.	P. Lácteo o Fruta del Tiempo	33,8% lip.	Fruta del Tiempo	49,5% lip.	P. Lácteo o Fruta del Tiempo	48,4% lip.	Fruta del Tiempo	54,2% lip.
Cena Sugerida:		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo		Sopa y Ternera		Verdura y Pescado		Verdura y Pollo	
SEMANA 3		LUNES	16	MARTES	17	MIERCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Primer Plato				Coditos con Tomate	Información nutricional:	Sopa de Cocido	Información nutricional:	Paella Valenciana	Información nutricional:	Puré de Verduras	Información nutricional:
Segundo Plato	FESTIVO			Croquetas Caseras	678 kcal. 12,8% prot.	Cocido Madrileño Completo	510 kcal. 19,0% prot.	Chuleta de Sajonia	572 kcal. 20,5% prot.	Mero Rebozado	416 kcal. 14,0% prot.
Guarnición				Ensalada	53,5% H.C.	Ensalada	46,6% H.C.	Ensalada	53,4% H.C.	Ensalada	38,9% H.C.
Postre				P. Lácteo o Fruta del Tiempo	33,6% lip.	Fruta del Tiempo	34,2% lip.	P. Lácteo o Fruta del Tiempo	26,1% lip.	Fruta del Tiempo	46,8% lip.
Cena Sugerida:				Verdura y Pescado		Verdura y Huevo		Verdura y Pescado		Sopa y Lomo	
SEMANA 4		LUNES	23	MARTES	24	MIERCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Primer Plato		Arroz con Verduras	Información nutricional:	Entremeses Fríos	Información nutricional:	Patatas a la Riojana	Información nutricional:	Judías Verdes con Tomate	Información nutricional:	Sopa de Picadillo	Información nutricional:
Segundo Plato		Fritura de Pescado	583 kcal. 13,4% prot.	Albóndigas a la Jardinera	364 kcal. 25,6% prot.	Merluza a la Gallega	507 kcal. 19,3% prot.	Pollo Asado	512 kcal. 14,2% prot.	Magro con Tomate	385 kcal. 19,8% prot.
Guarnición		Ensalada	52,3% H.C.	Patatas Fritas	19,0% H.C.	Patata Cocida y Lechuga	51,0% H.C.	Patatas Fritas	35,9% H.C.	Patatas Fritas	37,3% H.C.
Postre		Fruta del Tiempo	34,1% lip.	P. Lácteo o Fruta del Tiempo	55,2% lip.	Fruta del Tiempo	29,1% lip.	P. Lácteo o Fruta del Tiempo	50,0% lip.	Fruta del Tiempo	42,6% lip.
Cena Sugerida:		Verdura y Pescado		Verdura y Huevo		Verdura y Ternera		Verdura y Pescado		Verdura y Pollo	
SEMANA 5		LUNES	30	MARTES	31	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES			
Primer Plato		Macarrones Pomodoro	Información nutricional:	Puré de Legumbres	Información nutricional:						
Segundo Plato		Fil de Rosada a la Romana	707 kcal. 16,2% prot.	Tortilla Española	704 kcal. 13,8% prot.						
Guarnición		Ensalada	45,6% H.C.	Ensalada	36,1% H.C.						
Postre		Fruta del Tiempo	37,7% lip.	P. Lácteo o Fruta del Tiempo	49,7% lip.						
Cena Sugerida:		Verdura y Ternera		Sopa y Pescado							

Todos los días se tomará leche

Todos los días se podrá cambiar el primer plato por uno de verdura, avisando por la mañana del cambio

Se servirá en un menú de dieta blanda y/o astringente cuando los padres lo hayan advertido o el Departamento Médico lo estime conveniente