

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
- Espaguetis con tomate y queso - Merluza enharinada con lechuga eco y zanahoria - Melón y leche - Pan y agua Spaghetti in tomato sauce with cheese Battered hake with organic salad Cantaloupe and milk Bread and water Kcal: 624- Lip: 22- Hc: 81- Pro: 31 9	- Ensalada de alubias con tomate y pepino - Lomo de Sajonia con champiñón rehogado Beans salad Ham fillet with mushrooms Apple and milk Bread and water Kcal: 610- Lip: 34- Hc: 51- Pro: 29 10	- Judías verdes con tomate - Tortilla de patata con pimientos asados Green beans in tomato sauce Spanish omelet with peppers Orange and milk Bread and water Kcal: 508- Lip: 32- Hc: 48- Pro: 17 11	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Nectarina y leche - Pan y agua Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Nectarine and milk Bread and water Kcal: 680- Lip: 23- Hc: 74- Pro: 35 12	- Crema de calabacín - Salmón al horno con patatas al vapor Zucchini cream Baked salmon with potatoes Yogurt Bread and water Kcal: 580- Lip: 31- Hc: 46- Pro: 29 13
- Guisantes rehogados con cebolla y bacon - Bacalao en salsa con ensalada con lechuga y tomate - Naranja y leche - Pan y agua Stewed peas with bacon Cod in sauce with salad Orange and milk Bread and water Kcal: 657- Lip: 31- Hc: 59- Pro: 44 16	- Macarrones con tomate y atún - Tortilla francesa con tomate cherry Macaroni in tomato sauce with tuna Omelet with tomato salad Pear and milk Bread and water Kcal: 724- Lip: 31- Hc: 90- Pro: 27 17	- Patatas guisadas con costillas - Solla a la naranja con lechuga y pepino Stewed potatoes with ribs Sole in orange sauce with salad Apple and milk Bread and water Kcal: 590- Lip: 35- Hc: 47- Pro: 24 18	- Gazpacho andaluz - Albóndigas en salsa con quinoa Gazpacho soup Meatballs in sauce with quinoa Watermelon and milk Bread and water Kcal: 452- Lip: 23- Hc: 55- Pro: 12 19	- Lentejas guisadas con calabaza - Filete de pollo a la plancha con zanahorias baby - Maxi petit - Pan y agua Stewed lentils with pupmkin Chicken fillet with carrots Petit suisse Bread and water Kcal: 550- Lip: 18- Hc: 60- Pro: 37 20
- Menestra de verduras rehogadas - Magro de cerdo en salsa con patatas cuadro Vegetable stew Pork in saice with fries Banana and milk Bread and water Kcal: 667- Lip: 35- Hc: 74- Pro: 26 23	- Fideuá de verduras - Taquitos de mero al horno con berenjenas a la plancha - Manzana ecológica y leche - Pan y agua Vegetables fideuá Baked grouper with aubergines Organic apple and milk Bread and water Kcal: 675- Lip: 31- Hc: 80- Pro: 21 24	- Garbanzos guisados con espinacas - Tortilla de york con champiñones rehogados - Naranja y leche - Pan y agua Chickpeas with spinachs Ham omelet with mushrooms Orange and milk Bread and water Kcal: 584- Lip: 30- Hc: 65- Pro: 25 25	- Arroz blanco con tomate - Rape en salsa marinera con lechuga y tomate - Yogur - Pan y agua Rice in tomato sauce Monkfish in sauce with salad Yogurt Bread and water Kcal: 640- Lip: 19- Hc: 88- Pro: 27 26	JORNADA GASTRONÓMICA VASCA (Sopa vasca de ajo / Sukalki (Guiso de carne con patata y verduras) / Helado) BASQUE GASTRONOMIC DAY (Garlic soup / Veal in sauce with vegetables / Ice cream) 27
- Lentejas estofadas con zanahoria - Hamburguesa de ternera a la plancha con arroz salteado - Pera y leche - Pan y agua Stewed lentils with carrots Hamburger with sautéed rice Pear and milk Bread and water Kcal: 673- Lip: 30- Hc: 86- Pro: 23 30	BIENVENID@S DE NUEVO!!			

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos. La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar. Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes **alérgenos**: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, leche, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.

MENÚ CELÍACOS

SEPTIEMBRE 2024

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
- Espaguetis con tomate y queso - Merluza enharinada con lechuga eco y zanahoria - Melón y leche - Pan y agua Spaghetti in tomato sauce with cheese Battered hake with organic salad Cantaloupe and milk Bread and water Kcal: 624- Lip: 22- Hc: 81- Pro: 31 9	- Ensalada de alubias con tomate y pepino - Lomo de Sajonia con champiñón rehogado Beans salad Ham fillet with mushrooms Apple and milk Bread and water Kcal: 610- Lip: 34- Hc: 51- Pro: 29 10	- Judías verdes con tomate - Ragú de pavo con pimientos asados Green beans in tomato sauce Turkey in sauce with peppers Orange and milk Bread and water Kcal: 538- Lip: 26- Hc: 50- Pro: 35 11	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Nectarina y leche - Pan y agua Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Nectarine and milk Bread and water Kcal: 680- Lip: 23- Hc: 74- Pro: 35 12	- Crema de calabacín - Salmón al horno con patatas al vapor Zucchini cream Baked salmon with potatoes Yogurt Whole bread and water Kcal: 571- Lip: 31- Hc: 48- Pro: 29 13
- Guisantes rehogados con cebolla y bacon - Bacalao en salsa con ensalada con lechuga y tomate - Naranja y leche - Pan y agua Stewed peas with bacon Cod in sauce with salad Orange and milk Bread and water Kcal: 657- Lip: 31- Hc: 59- Pro: 44 16	- Macarrones integrales con tomate y atún - Lacón asado al horno con tomate cherry Whole macaroni in tomato sauce with tuna Baked ham tomato salad Pear and milk Bread and water Kcal: 735- Lip: 35- Hc: 83- Pro: 31 17	- Patatas guisadas con costillas - Solla a la naranja con lechuga y pepino Stewed potatoes with ribs Sole in orange sauce with salad Apple and milk Bread and water Kcal: 590- Lip: 35- Hc: 47- Pro: 24 18	- Gazpacho andaluz - Albóndigas en salsa con quinoa Gazpacho soup Meatballs in sauce with quinoa Watermelon and milk Bread and water Kcal: 452- Lip: 23- Hc: 55- Pro: 12 19	- Lentejas guisadas con calabaza - Filete de pollo a la plancha con zanahorias baby - Maxi petit - Pan integral y agua Stewed lentils with pupmkin Chicken fillet with carrots Petit suisse Whole bread and water Kcal: 541- Lip: 18- Hc: 62- Pro: 37 20
- Menestra de verduras rehogadas - Magro de cerdo en salsa con patatas cuadro Vegetable stew Pork in saice with fries Banana and milk Bread and water Kcal: 667- Lip: 35- Hc: 74- Pro: 26 23	- Fideuá de verduras - Taquitos de mero al horno con berenjenas a la plancha - Manzana ecológica y leche - Pan y agua Vegetables fideuá Baked grouper with aubergines Organic apple and milk Bread and water Kcal: 675- Lip: 31- Hc: 80- Pro: 21 24	- Garbanzos guisados con espinacas - Lomo de sajonia con champiñones rehogados - Naranja y leche - Pan y agua Chickpeas with spinachs Ham fillet with mushrooms Orange and milk Bread and water Kcal: 639- Lip: 33- Hc: 65- Pro: 32 25	- Arroz blanco con tomate - Rape en salsa marinera con lechuga y tomate - Yogur - Pan y agua Rice in tomato sauce Monkfish in sauce with salad Yogurt Bread and water Kcal: 640- Lip: 19- Hc: 88- Pro: 27 26	JORNADA GASTRONÓMICA VASCA (Sopa vasca de ajo / Sukalki (Guiso de carne con patata y verduras) / Helado) BASQUE GASTRONOMIC DAY (Garlic soup / Veal in sauce with vegetables / Ice cream) 27
- Lentejas estofadas con zanahoria - Hamburguesa de ternera a la plancha con arroz integral salteado - Pera y leche - Pan y agua Stewed lentils with carrots Hamburger with sautéed whole rice Pear and milk Bread and water Kcal: 664- Lip: 30- Hc: 88- Pro: 23 30	BIENVENID@S DE NUEVO!!			

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos. La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar. Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes **alérgenos**: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, leche, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.

MENÚ ALÉRGICOS AL HUEVO

SEPTIEMBRE / SEPTEMBER 2024

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
- Espaguetis con tomate - Merluza enharinada con lechuga eco y zanahoria - Melón y bebida de soja - Pan y agua Spaghetti in tomato sauce Battered hake with organic salad Cantaloupe and soy milk Bread and water Kcal: 578- Lip: 20- Hc: 74- Pro: 30 9	- Ensalada de alubias con tomate y pepino - Lomo de Sajonia con champiñón rehogado Manzana y bebida de soja - Pan y agua Beans salad Ham fillet with mushrooms Apple and soy milk Bread and water Kcal: 558- Lip: 30- Hc: 46- Pro: 29 10	- Judías verdes con tomate - Tortilla de patata con pimientos asados Naranja y bebida de soja - Pan y agua Green beans in tomato sauce Spanish omelet with peppers Orange and soy milk Bread and water Kcal: 456- Lip: 28- Hc: 43- Pro: 17 11	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Nectarina y bebida de soja - Pan y agua Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Nectarine and soy milk Bread and water Kcal: 628- Lip: 19- Hc: 69- Pro: 35 12	- Crema de calabacín - Salmón al horno con patatas al vapor Yogur de soja - Pan integral y agua Zucchini cream Baked salmon with potatoes Soy yogurt Whole bread and water Kcal: 528- Lip: 31- Hc: 35- Pro: 31 13
- Guisantes rehogados con cebolla y bacon - Bacalao en salsa con ensalada con lechuga y tomate - Naranja y bebida de soja - Pan y agua Stewed peas with bacon Cod in sauce with salad Orange and soy milk Bread and water Kcal: 605- Lip: 27- Hc: 54- Pro: 44 16	- Macarrones integrales con tomate y atún - Tortilla francesa con tomate cherry Pera y bebida de soja - Pan y agua Whole macaroni in tomato sauce with tuna Omelet with tomato salad Pear and soy milk Bread and water Kcal: 663- Lip: 27- Hc: 87- Pro: 27 17	- Patatas guisadas con costillas - Solla a la naranja con lechuga y pepino Manzana y bebida de soja - Pan y agua Stewed potatoes with ribs Sole in orange sauce with salad Apple and soy milk Bread and water Kcal: 538- Lip: 31- Hc: 42- Pro: 24 18	- Gazpacho andaluz - Albóndigas en salsa con quinoa Sandía y bebida de soja - Pan y agua Gazpacho soup Meatballs in sauce with quinoa Watermelon and soy milk Bread and water Kcal: 400- Lip: 19- Hc: 50- Pro: 12 19	- Lentejas guisadas con calabaza - Filete de pollo a la plancha con zanahorias baby - Yogur de soja - Pan integral y agua Stewed lentils with pupmkin Chicken fillet with carrots Soy yogurt Whole bread and water Kcal: 498- Lip: 18- Hc: 49- Pro: 39 20
- Menestra de verduras rehogadas - Magro de cerdo en salsa con patatas cuadro Plátano y bebida de soja - Pan y agua Vegetable stew Pork in sauce with fries Banana and soy milk Bread and water Kcal: 615- Lip: 31- Hc: 69- Pro: 26 23	- Fideuá de verduras - Taquitos de mero al horno con berenjenas a la plancha - Manzana ecológica y bebida de soja - Pan y agua Vegetables fideuá Baked grouper with aubergines Organic apple and soy milk Bread and water Kcal: 623- Lip: 27- Hc: 75- Pro: 21 24	- Garbanzos guisados con espinacas - Tortilla francesa con champiñones rehogados - Naranja y bebida de soja - Pan y agua Chickpeas with spinachs Omelet with mushrooms Orange and soy milk Bread and water Kcal: 532- Lip: 26- Hc: 60- Pro: 25 25	- Arroz blanco con tomate - Rape en salsa marinera con lechuga y tomate - Yogur de soja - Pan y agua Rice in tomato sauce Monkfish in sauce with salad Soy yogurt Bread and water Kcal: 597- Lip: 19- Hc: 74- Pro: 28 26	JORNADA GASTRONÓMICA VASCA (Sopa vasca de ajo / Sukalki (Guiso de carne con patata y verduras) / Yogur de soja) BASQUE GASTRONOMIC DAY (Garlic soup / Veal in sauce with vegetables / Soy yogurt) 27
- Lentejas estofadas con zanahoria - Hamburguesa de ternera a la plancha con arroz integral salteado - Pera y bebida de soja - Pan y agua Stewed lentils with carrots Hamburger with sautéed whole rice Pear and soy milk Bread and water Kcal: 612- Lip: 26- Hc: 83- Pro: 23 30	BIENVENID@S DE NUEVO!!			

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos. La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar. Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes **alérgenos**: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, bebida de soja, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
- Espaguetis con tomate y queso - Boquerón en tempura con lechuga eco y zanahoria - Melón y leche - Pan y agua Spaghetti in tomato sauce with cheese Battered anchovies with organic salad Cantaloupe and milk Bread and water Kcal: 630- Lip: 24- Hc: 79- Pro: 30 9	- Ensalada campera con tomate y pepino - Lomo de Sajonia con champiñón rehogado Manzana y leche Pan y agua Potato salad Ham fillet with mushrooms Apple and milk Bread and water Kcal: 528- Lip: 29- Hc: 46- Pro: 25 10	- Brócoli rehogado al ajillo - Tortilla de bonito con pimientos asados Naranja y leche Pan y agua Sautéed broccoli Tuna omelet with peppers Orange and milk Bread and water Kcal: 447- Lip: 25- Hc: 40- Pro: 27 11	- Sopa de ave con fideos - Ternera en salsa con patata y verduras Nectarina y leche Pan y agua Chicken soup Veal in sauce with vegetables Nectarine and milk Bread and water Kcal: 580- Lip: 23- Hc: 66- Pro: 34 12	- Crema de calabacín - Salmón al horno con patatas al vapor Yogur Pan integral y agua Zucchini cream Baked salmon with potatoes Yogurt Whole bread and water Kcal: 571- Lip: 31- Hc: 48- Pro: 29 13
- Crema de zanahorias con picatostes - Bacalao en salsa con ensalada con lechuga y tomate - Naranja y leche - Pan y agua Carrot cream with croutons Cod in sauce with salad Orange and milk Bread and water Kcal: 550- Lip: 27- Hc: 53- Pro: 29 16	- Macarrones integrales con tomate y atún - Tortilla francesa con tomate cherry Pera y leche Pan y agua Whole macaroni in tomato sauce with tuna Omelet with tomato salad Pear and milk Bread and water Kcal: 715- Lip: 31- Hc: 92- Pro: 27 17	- Patatas guisadas con costillas - Solla a la naranja con lechuga y pepino Manzana y leche Pan y agua Stewed potatoes with ribs Sole in orange sauce with salad Apple and milk Bread and water Kcal: 590- Lip: 35- Hc: 47- Pro: 24 18	- Gazpacho andaluz - Albóndigas en salsa con quinoa Sandía y leche Pan y agua Gazpacho soup Meatballs in sauce with quinoa Watermelon and milk Bread and water Kcal: 452- Lip: 23- Hc: 55- Pro: 12 19	- Arroz guisado con verduras - Filete de pollo a la plancha con zanahorias baby - Maxi petit - Pan integral y agua Stewed rice with vegetables Chicken fillet with carrots Petit suisse Whole bread and water Kcal: 680- Lip: 22- Hc: 86- Pro: 34 20
- Menestra de verduras rehogadas - Magro de cerdo en salsa con patatas cuadro Plátano y leche Pan y agua Vegetable stew Pork in saice with fries Banana and milk Bread and water Kcal: 667- Lip: 35- Hc: 74- Pro: 26 23	- Fideuá de verduras - Taquitos de mero al horno con berenjenas a la plancha - Manzana ecológica y leche - Pan y agua Vegetables fideuá Baked grouper with aubergines Organic apple and milk Bread and water Kcal: 675- Lip: 31- Hc: 80- Pro: 21 24	- Patatas guisadas con pollo - Tortilla de york con champiñones rehogados - Naranja y leche - Pan y agua Stewed potatoes with chicken Ham omelet with mushrooms Orange and milk Bread and water Kcal: 642- Lip: 38- Hc: 52- Pro: 30 25	- Canelones de atún gratinados al horno - Rape en salsa marinera con lechuga y tomate - Yogur - Pan y agua Tunna cannelloni au gratin Monkfish in sauce with salad Yogurt Bread and water Kcal: 735- Lip: 24- Hc: 92- Pro: 42 26	JORNADA GASTRONÓMICA VASCA (Sopa vasca de ajo / Sukalki (Guiso de carne con patata y verduras) / Helado) BASQUE GASTRONOMIC DAY (Garlic soup / Veal in sauce with vegetables / Ice cream) 27
- Crema de calabaza - Hamburguesa de ternera a la plancha con arroz integral salteado - Pera y leche - Pan y agua Pumpkin cream Hamburger with sautéed whole rice Pear and milk Bread and water Kcal: 555- Lip: 25- Hc: 80- Pro: 13 30	BIENVENID@S DE NUEVO!!			

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos. La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar. Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes **alérgenos**: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, leche, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.

MENÚ ALÉRGICOS A LA LEGUMBRE

SEPTIEMBRE / SEPTEMBER 2024

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
- Espaguetis con tomate y queso - Boquerón en tempura con lechuga eco y zanahoria - Melón y leche - Pan y agua Spaghetti in tomato sauce with cheese Battered anchovies with organic salad Cantaloupe and milk Bread and water Kcal: 630- Lip: 24- Hc: 79- Pro: 30 9	- Ensalada de alubias con tomate y pepino - Pollo a la plancha con champiñón rehogado - Manzana y leche - Pan y agua Beans salad Chicken fillet with mushrooms Apple and milk Bread and water Kcal: 592- Lip: 30- Hc: 51- Pro: 32 10	- Judías verdes con tomate - Tortilla de patata con pimientos asados - Naranja y leche - Pan y agua Green beans in tomato sauce Spanish omelet with peppers Orange and milk Bread and water Kcal: 508- Lip: 32- Hc: 48- Pro: 17 11	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Nectarina y leche - Pan y agua Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Nectarine and milk Bread and water Kcal: 680- Lip: 23- Hc: 74- Pro: 35 12	- Crema de calabacín - Salmón al horno con patatas al vapor - Yogur - Pan integral y agua Zucchini cream Baked salmon with potatoes Yogurt Whole bread and water Kcal: 571- Lip: 31- Hc: 48- Pro: 29 13
- Guisantes rehogados con cebolla - Bacalao en salsa con ensalada con lechuga y tomate - Naranja y leche - Pan y agua Stewed peas Cod in sauce with salad Orange and milk Bread and water Kcal: 657- Lip: 31- Hc: 59- Pro: 44 16	- Macarrones integrales con tomate y atún - Tortilla francesa con tomate cherry - Pera y leche - Pan y agua Whole macaroni in tomato sauce with tuna Omelet with tomato salad Pear and milk Bread and water Kcal: 715- Lip: 31- Hc: 92- Pro: 27 17	- Patatas guisadas con ternera - Solla a la naranja con lechuga y pepino - Manzana y leche - Pan y agua Stewed potatoes with veal Sole in orange sauce with salad Apple and milk Bread and water Kcal: 575- Lip: 33- Hc: 42- Pro: 26 18	- Gazpacho andaluz - Albóndigas en salsa con quinoa - Sandía y leche - Pan y agua Gazpacho soup Meatballs in sauce with quinoa Watermelon and milk Bread and water Kcal: 452- Lip: 23- Hc: 55- Pro: 12 19	- Lentejas guisadas con calabaza - Filete de pollo a la plancha con zanahorias baby - Maxi petit - Pan integral y agua Stewed lentils with pupmkin Chicken fillet with carrots Petit suisse Whole bread and water Kcal: 541- Lip: 18- Hc: 62- Pro: 37 20
- Menestra de verduras rehogadas - Ragú de pavo en salsa con patatas cuadro - Plátano y leche - Pan y agua Vegetable stew Turkey in saice with fries Banana and milk Bread and water Kcal: 659- Lip: 33- Hc: 74- Pro: 28 23	- Fideuá de verduras - Taquitos de mero al horno con berenjenas a la plancha - Manzana ecológica y leche - Pan y agua Vegetables fideuá Baked grouper with aubergines Organic apple and milk Bread and water Kcal: 675- Lip: 31- Hc: 80- Pro: 21 24	- Garbanzos guisados con espinacas - Tortilla de queso con champiñones rehogados - Naranja y leche - Pan y agua Chickpeas with spinachs Cheese omelet with mushrooms Orange and milk Bread and water Kcal: 559- Lip: 27- Hc: 65- Pro: 25 25	- Canelones de atún gratinados al horno - Rape en salsa marinera con lechuga y tomate - Yogur - Pan y agua Tunna cannelloni au gratin Monkfish in sauce with salad Yogurt Bread and water Kcal: 735- Lip: 24- Hc: 92- Pro: 42 26	JORNADA GASTRONÓMICA VASCA (Sopa vasca de ajo / Sukalki (Guiso de carne con patata y verduras) / Helado) BASQUE GASTRONOMIC DAY (Garlic soup / Veal in sauce with vegetables / Ice cream) 27
- Lentejas estofadas con zanahoria - Hamburguesa de ternera a la plancha con arroz integral salteado - Pera y leche - Pan y agua Stewed lentils with carrots Hamburger with sautéed whole rice Pear and milk Bread and water Kcal: 664- Lip: 30- Hc: 88- Pro: 23 30	BIENVENID@S DE NUEVO!!			

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos. La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar. Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes **alérgenos**: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, leche, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.

MENÚ MUSULMÁN

SEPTIEMBRE / SEPTEMBER 2024

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
- Espaguetis con tomate y queso - Croquetas de jamón con lechuga eco y zanahoria - Melón y leche - Pan y agua Spaghetti in tomato sauce with cheese Ham croquettes with organic salad Cantaloupe and milk Bread and water Kcal: 609- Lip: 20- Hc: 96- Pro: 20 9	- Ensalada de alubias con tomate y pepino - Lomo de Sajonia con champiñón rehogado Beans salad Ham fillet with mushrooms Apple and milk Bread and water Kcal: 610- Lip: 34- Hc: 51- Pro: 29 10	- Judías verdes con tomate - Tortilla de patata con pimientos asados Green beans in tomato sauce Spanish omelet with peppers Orange and milk Bread and water Kcal: 508- Lip: 32- Hc: 48- Pro: 17 11	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Nectarina y leche - Pan y agua Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Nectarine and milk Bread and water Kcal: 680- Lip: 23- Hc: 74- Pro: 35 12	- Crema de calabacín - Pollo al horno con patatas al vapor Zucchini cream Baked chicken with potatoes Yogurt Whole bread and water Kcal: 608- Lip: 30- Hc: 54- Pro: 35 13
- Guisantes rehogados con cebolla y bacon - Ragú de pavo en salsa con ensalada con lechuga y tomate - Naranja y leche - Pan y agua Stewed peas with bacon Turkey in sauce with salad Orange and milk Bread and water Kcal: 568- Lip: 24- Hc: 55- Pro: 42 16	- Macarrones integrales con tomate y york - Tortilla francesa con tomate cherry Whole macaroni in tomato sauce and ham Omelet with tomato salad Pear and milk Bread and water Kcal: 639- Lip: 29- Hc: 83- Pro: 21 17	- Patatas guisadas con costillas - Lacón asado al horno con lechuga y pepino - Manzana y leche - Pan y agua Stewed potatoes with ribs Baked ham with salad Apple and milk Bread and water Kcal: 590- Lip: 35- Hc: 47- Pro: 24 18	- Gazpacho andaluz - Albóndigas en salsa con quinoa Gazpacho soup Meatballs in sauce with quinoa Watermelon and milk Bread and water Kcal: 452- Lip: 23- Hc: 55- Pro: 12 19	- Lentejas guisadas con calabaza - Filete de pollo a la plancha con zanahorias baby - Maxi petit - Pan integral y agua Stewed lentils with pupmkin Chicken fillet with carrots Petit suisse Whole bread and water Kcal: 541- Lip: 18- Hc: 62- Pro: 37 20
- Menestra de verduras rehogadas - Magro de cerdo en salsa con patatas cuadro Vegetable stew Pork in saice with fries Banana and milk Bread and water Kcal: 667- Lip: 35- Hc: 74- Pro: 26 23	- Fideuá de verduras - Jamoncitos de pollo al horno con berenjenas a la plancha - Manzana ecológica y leche - Pan y agua Vegetables fideuá Chicken legs with aubergines Organic apple and milk Bread and water Kcal: 844- Lip: 41- Hc: 88- Pro: 36 24	- Garbanzos guisados con espinacas - Tortilla de york con champiñones rehogados - Naranja y leche - Pan y agua Chickpeas with spinachs Ham omelet with mushrooms Orange and milk Bread and water Kcal: 584- Lip: 30- Hc: 65- Pro: 25 25	- Canelones de carne gratinados al horno - Lomo de sajonia con lechuga y tomate Meet cannelloni au gratin Ham fillet with salad Yogurt Bread and water Kcal: 833- Lip: 34- Hc: 89- Pro: 48 26	JORNADA GASTRONÓMICA VASCA (Sopa vasca de ajo / Sukalki (Guiso de carne con patata y verduras) / Helado) BASQUE GASTRONOMIC DAY (Garlic soup / Veal in sauce with vegetables / Ice cream) 27
- Lentejas estofadas con zanahoria - Hamburguesa de ternera a la plancha con arroz integral salteado - Pera y leche - Pan y agua Stewed lentils with carrots Hamburger with sautéed whole rice Pear and milk Bread and water Kcal: 664- Lip: 30- Hc: 88- Pro: 23 30	BIENVENID@S DE NUEVO!!			

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos. La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar. Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes **alérgenos**: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, leche, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.

MENÚ ALÉRGICOS AL PESCADO

SEPTIEMBRE / SEPTEMBER 2024