

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

SOPA DE PESCADO/FISH SOUP
ALBÓNDIGAS CON TOMATE/MEATBALLS IN TOMATO SAUCE
ARROZ BLANCO/BOILED RICE
FRUTA/FRUIT

550,30 Kcal - HC: 51,39 g - G: 26,60 g - Pr: 26,19 g

05

CREMA DE PUERROS/LEEK CREAM
CROQUETAS DE POLLO/CHICKEN CROQUETTES
ENSALADA WALDORF/ WALDORF SALAD
HELADO/ICECREAM

773,29 Kcal - HC: 94,18 g - G: 36,56 g - Pr: 16,91 g

05

CREMA DE ZANAHORIA Y APIO/CARROT AND CELERY CREAM
REVUELTO CON JAMÓN, VERDURAS Y PAPAS/SCRAMBLE EGGS WITH VEGETABLES AND HAM
FRUTA/FRUIT

561,94 Kcal - HC: 62,64 g - G: 24,45 g - Pr: 22,95 g

06

SOPA DE AVE/CHICKEN SOUP
FOGONERO EN SALSAS DE SETAS/FISH WITH MUSHROOMS SAUCE
PAPAS AL VAPOR/STEAM POTATOES
YOGURT/YOGHOURT

504,16 Kcal - HC: 57,48 g - G: 17,53 g - Pr: 28,20 g

07

POTAJE DE ACELGAS/CHARD STEW
INF: CREMA DE ACELGAS/CHARD CREAM
FILETE DE CERDO EMPANADO/BREADED PORK STEAK
ENSALADA GRIEGA/GREEK SALAD
FRUTA

707,71 Kcal - HC: 76,30 g - G: 35,97 g - Pr: 19,84 g

08

ENSALADA DE GARBANZOS/CHICKPEA SALAD
INF: CREMA DE VERDURAS/VEGETABLE CREAM
CALDERETA DE PAVO/TURKEY STEW
FRUTA/FRUIT

570,08 Kcal - HC: 68,10 g - G: 15,01 g - Pr: 38,98 g

09

PURÉ DE CALABACÍN Y COL/COURGETTE and CABBAGE CREAM
CANELONES DE ATÚN/TUNA CANNELONI
HELADO/ICECREAM

644,95 Kcal - HC: 90,82 g - G: 22,11 g - Pr: 20,68 g

12

POTAJE DE VERDURAS/VEGETABLE CREAM
POLLO ASADO CON ADOBO/ROAST CHICKEN
PAPAS ARRUGADAS/CANARIAN POTATOES
FRUTA/FRUIT

532,95 Kcal - HC: 51,11 g - G: 17,38 g - Pr: 41,03 g

13

CREMA DE CALABACÍN Y PUERROS/LEEK AND CORGETTE SOUP
TORTILLA PAISANA/SPANISH POTATOES AND VEGETABLE OMELETTE
CON SALSAS DE TOMATE/WITH TOMATO SAUCE
NATILLA/CUSTARD

1324,93 Kcal - HC: 110,42 g - G: 82,33 g - Pr: 35,76 g

14

ENSALADA DE PASTA/PASTA SALAD
INF: ESPIRALES CON TOMATE/PASTA WITH TOMATO
LOMO EN SALSAS DE NARANJA/ROASTED PORK LOIN IN ORANGE SAUCE
PAPAS PANADERAS/ROASTED POTATOES
FRUTA/FRUIT

538,23 Kcal - HC: 79,58 g - G: 18,69 g - Pr: 9,27 g

15

POTAJE DE JUDÍAS/BEANS PURE
INF: CREMA DE JUDÍAS/BEANS CREAM
DORADO EN SU JUGO/SWORDFISH IN SAUCE
ENSALADA DE ANDALUZA/SPANISH SALAD
FRUTA/FRUIT

642,23 Kcal - HC: 68,74 g - G: 26,12 g - Pr: 32,16 g

16

CREMA DE ESPINACAS/SPINACH CREAM
PIZZA MARGARITA/PIZZA MARGHERITA
HELADO/ICE CREAM

695,76 Kcal - HC: 94,25 g - G: 25,93 g - Pr: 20,29 g

19

SOPA DE TERNERA/BEEF SOUP
ARROZ A LA CUBANA/WHITE RICE WITH EGGS AND SAUSAGE
FRUTA/FRUIT

608,20 Kcal - HC: 79,79 g - G: 25,89 g - Pr: 14,02 g

20

POTAJE DE LENTEJAS/LENTILS SOUP
INF: CREMA DE LENTEJAS/LENTILS CREAM
HAMBURGUESA/HAMBURGUER
PAPAS FRITAS Y KETCHUP/FRIED CHIPS WITH KETCHUP
YOGURT/YOGHOURT

565,93 Kcal - HC: 63,51 g - G: 21,27 g - Pr: 30,14 g

21

JUDÍAS A LA VINAGRETA/ BEANS VINAIGRETTE
MERLUZA A LA ROMANA/HAKE IN ROMAN SAUCE
PAPAS AL VAPOR Y MAHONESA/STEAM POTATOES WITH MAYONNAISE
FRUTA/FRUIT

673,89 Kcal - HC: 75,69 g - G: 32,24 g - Pr: 20,30 g

22

MACARRONES CON TOMATE/MACARONI WITH TOMATO
NUGGETS DE POLLO/CHICKEN NUGGETS
ENSALADA MIXTA/MIXED SALAD
DULCES/CAKE

860,50 Kcal - HC: 87,41 g - G: 44,43 g - Pr: 27,89 g

23

FIN DE CURSO ESCOLAR

26

27

28

29

30