

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

**INICAMOS NUESTRO PROYECTO**



**01**

CREMA DE ESPINACAS / CREAM OF SPINACH  
REVUELTO DE PAPAS, JAMÓN Y VERDURAS / SCRAMBLED EGGS WITH POTATOES, HAM & VEGETABLES  
YOGURT / YOGHURT  
364,8Kcal - Prot:14,3g - Lip:11,1g - HC:46,5g  
AGS:3,5g - Azúcares:23,2g - Sal:1,4g

**04**

**CARNAVAL**

**05**

**CARNAVAL**

**06**

CREMA DE CALABAZA/CREAM OF PUMPKIN  
CAPRICHOS DE CLAMAR/ BATTERED SQUIDS  
ENSALADA MIXTA/ MITXSALAD  
FRUTA / FRUIT  
641,6Kcal - Prot:25,5g - Lip:24,8g - HC:69,4g AGS:3,4g  
- Azúcares:17,1g - Sal:1,6g

**07**

SOPA DE PESCADO / FISH SOUP  
ESTOFADO DE CERDO CON PAPAS/ ROAST PORK WITH POTATOES  
DULCES / CAKE  
747,9Kcal - Prot:31,5g - Lip:41,3g - HC:59,9g  
AGS:12,3g - Azúcares:5,2g - Sal:3,5g

**08**

CREMA DE HORTALIZAS/CREAM OF VEGETABLE  
CANELONES DE ATÚN / TUNA CANELONI  
YOGURT / YOGHURT  
583,3Kcal - Prot:20,3g - Lip:24,0g - HC:69,0g  
AGS:7,2g - Azúcares:30,1g - Sal:2,2g

**11**

POTAJE DE LENTEJAS / CREAM OF VEGETABLE SOUP  
INF CREMA DE LENTEJAS  
MERLUZA REBOZADA/ BATTERED HAKE  
PAPAS AL VAPOR Y MAHONESA / STEAMED POTATOES WITH MAYONAISE  
FRUTA / FRUIT  
676,6Kcal - Prot:25,9g - Lip:33,4g - HC:64,3g  
AGS:4,7g - Azúcares:12,3g - Sal:0,9g

**12**

CREMA DE ZANAHORIA/CARROT SOUP  
TERNERA A LA JARDINERA CON PAPAS / BEEF STEW WITH POTATOE  
YOGURT / YOGHURT  
751,0Kcal - Prot:29,7g - Lip:36,0g - HC:73,0g  
AGS:11,8g - Azúcares:38,7g - Sal:2,0g

**13**

SOPA DE TERNERA / BEEF SOUP  
FILETE DE POLLO EMPANADO / CHICKEN IN BREADCRUMBS  
ENSALADA GRIEGA / GREEK SALAD  
FRUTA / FRUIT  
700,2Kcal - Prot:32,7g - Lip:30,2g - HC:70,8g  
AGS:6,0g - Azúcares:18,8g - Sal:2,2g

**14**

CREMA DE COL Y CALABAZA/ CREAM OF CABBAGE & PUMPKIN  
ATÚN EN ESCABECHE / TUNA IN MARINADE  
PAPAS ARRUGADAS / CANARIAN POTATOES  
FRUTA / FRUIT  
654,0Kcal - Prot:29,8g - Lip:25,3g - HC:68,1g  
AGS:2,7g - Azúcares:20,9g - Sal:11,1g

**15**

CREMA DE VERDURAS / CREAM OF VEGETABLE SOUP  
TORTILLA ESPAÑOLA / SPANISH OMELETTE  
SALSA DE TOMATE CASERA / HOMEMADE TOMATO SAUCE  
YOGURT / YOGHURT  
571,3Kcal - Prot:23,8g - Lip:27,1g - HC:55,8g  
AGS:7,0g - Azúcares:27,6g - Sal:1,9g

**18**

SOPA DE AVE / CHICKEN SOUP  
POLLO ASADO / ROAST CHICKEN  
MENESTRA DE VERDURAS / VEGETABLE SATEE  
FRUTA / FRUIT4  
76,7Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,2g - HC:49,2g  
AGS:3,7g - Azúcares:18,0g - Sal:1,4g

**19**

GARBANZOS COMPUESTOS  
INF PURÉ DE GARBANZOS / CHICKPEA STEW  
FOGONERO EN SALSA DE CHAMPIÑONES/FISH IN MUSHROOM SAUCE  
PAPAS COCIDAS/ BOILED POTATOES  
YOGURT / YOGHURT  
522,5Kcal - Prot:28,2g - Lip:11,4g - HC:67,9g  
AGS:1,5g - Azúcares:20,1g - Sal:1,6g

**20**

POTAJE DE ACELGAS/ CHARD CREAM  
REVUELTO CON SALCHICHAS Y KETCHUP  
SCRAMBLED EGGS WITH CHIPS & SAUSAGES  
FRUTA / FRUIT  
579,7Kcal - Prot:34,0g - Lip:28,5g - HC:42,4g  
AGS:6,7g - Azúcares:4,5g - Sal:2,2g

**21**

ESPIRALES CON TOMATE Y ALBAHACA / PASTA WITH TOMATO & BASIL  
LOMO EN SALSA DE NARANJA / PORK LOIN IN ORANGE SAUCE  
PAPAS PARISINAS / POTATOES  
FRUTA / FRUIT  
725,0Kcal - Prot:35,0g - Lip:23,3g - HC:89,8g  
AGS:5,0g - Azúcares:23,2g - Sal:1,8g

**22**

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA/ CREAM OF VEGETABLE  
PIZZA DE ATÚN / PIZZA WITH TUNA  
YOGURT / YOGHURT  
693,5Kcal - Prot:25,5g - Lip:23,2g - HC:93,0g  
AGS:6,9g - Azúcares:28,0g - Sal:2,9g

**25**

RANCHO CANARIO / CANARIAN STEW  
SAN MARINO DE YORK Y QUESO / FISH FILET IN BREADCRUMBS  
ENSALADA MEDITERRANEA / MEDITERRANEANSALAD  
FRUTA / FRUIT  
643,9Kcal - Prot:26,8g - Lip:19,9g - HC:84,0g  
AGS:3,4g - Azúcares:14,4g - Sal:2,0g

**26**

CREMA DE PUERRO, COL Y ZANAHORIA / CREAM OF LEEK, CABBAGE & CARROT  
ALBONDIGAS CON TOMATE / MEATBALL IN TOMATO SAUCE  
ARROZ BLANCO / BOILED RICE  
YOGURT / YOGHURT  
655,8Kcal - Prot:27,5g - Lip:27,4g - HC:71,3g  
AGS:6,8g - Azúcares:9,4g - Sal:3,1g

**27**

SOPA DE PESCADO CON ARROZ / FISH SOUP  
JAMONCITOS DE POLLO EN ADOBO / ROAST CHICKEN  
VERDURAS ASADAS / VEGETABLE SATEE  
FRUTA / FRUIT  
592,3Kcal - Prot:35,2g - Lip:23,0g - HC:57,6g AGS:4,9g - Azúcares:24,1g - Sal:1,7g

**28**

POTAJE DE JUDIAS/ BEAN STEW  
INF: CREMA DE JUDÍAS / CREAM OF BEAN SOUP  
**PESACADO EN SALSA IBERICA/FISH IN IBERICA SAUCE**  
ARROZ BLANCO Y ZANAHORIAS/ BOILED RICE & CARROT  
FRUTA / FRUIT

**29**

CREMA DE CALABAZA / CREAM OF PUMPKIN  
CROQUETAS DE PESCADO / FISH CROQUETTES  
TOMATES ALIÑADOS / SLICED TOMATOES IN GARLIC & OIL  
YOGURT / YOGHURT  
551,6Kcal - Prot:15,3g - Lip:21,9g - HC:70,6g  
AGS:5,3g - Azúcares:32,5g - Sal:3,9g