octubre-25

Menú SIN CARNE



Address belances between sendered correct collaboration of Capital sendered by Capital	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Coffire authorized Finals does for feeling with (1-5) Finals does feeling with (1-5) Finals d			1	2	3
Lineadad de techupy y mair (14) Productions of technique y mair (14) Productions of technique y main (1,37,14) Productions of technique y main (1,37,14) Productions of technique y main (1,32,11) Pro			Alubias blancas estofadas con calabaza	Arroz tres delicias	Vichyssoise (14)
Lineadad de techupy y mair (14) Productions of technique y mair (14) Productions of technique y main (1,37,14) Productions of technique y main (1,37,14) Productions of technique y main (1,32,11) Pro			Coliflor salteada	Filete de merluza al horno (4.5.6)	Tortilla de patata y espinacas (3)
Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) Western de verduras solleeder (1,4) Fista freeza Y Pan integral (1,3,7,14) West					22 passas, 13pm2221(1)
*** Problems in billions (1,3,0,11) Fruit fress PP in billions (1,3,0,11) *** Problems in billions (1,3,0,11) Fruit fress PP in billions (1,3,0,11) *** Problems in billions (1,3,0,11) Fruit fress PP in billions (1,3,0,11) *** Problems in billions (1,3,0,11) Fruit fress PP in billions (1,3,0,11) *** Problems in billions (1,3,0,11) Fruit fress PP in billions (1,3,0,11) *** Problems in billions (1,3,0,11) Fruit fress PP in billions (1,3,0,11) *** Problems in billions (1,3,0,11)			Ensatada de lécnuga y maiz (14)	Ensalada de lechuga y zanahoria (14)	
*** Professional Comments of the Comments of t			g (,	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	
Espirales a la fallarian (1.3.4) Espirales de la fallarian (1.3.4) Funda fesca Y Pan Indiano (1.3.7.4) Espirales a la fallarian (1.3.4) Espirales de la fallarian (1.3.4) Funda fesca Y Pan Indiano (1.3.7.4) Espirales de la fallarian (1.3.7.4) Espirales de la fallaria (1.3.7.4) Funda fesca Y Pan Integral (1.3.7.4) Funda fe					
Espirates a la fallama (1.3.9.11) Hamburgues vegeral (1.2.3.0) Final frecary Pan blamo (1.2.4.0) Final frecary Pan blamo (1.2.7.14) Final freca	6	7			
Hamburguesa vegetad (1,2,3,9) Enselede de lochuge y zenohrole (14) Enselede de lochuge y zenohrole (14) Enselede de lochuge y zenohrole (14) Futa frecar Y Pen blanco (1,3,7,4) ***Senational properties of the blanco (1,3,7,4) ***Senational properties of		Lenteias con verduras (1.14)	Menestra de verduras salteada (14)	Garbanzos con espinaças	Arroz con salsa de setas (2.3)
Ensolad de lechupy zanshorie (14) Fixal freeze Y Pan Iblanco (1,3,7,14) Fixal freeze Y Pan Iblanco (1,3,7,14	, , , , ,	, , , , , ,		· ·	,
Fruta freeca Y Pan blanco (1,3,7,14) Excuspos Page 1 Season (1,2,7,14) Excuspos Page	Hamburguesa vegetai (1,2,3,9)	Tortilla de patata y cedolla (3)	Rollitos de primavera (1,2,3,4,5,6,9,14)	Tortilla francesa (3)	Adadejo con salsa aurora (1,2,4,9,14)
## Commandation of the Com	Ensalada de lechuga y zanahoria (14)	Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga y maíz (14)	
Commence of the control of the con	Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14)	Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)	Yogur de sabor edulcorado (2) Y Pan blanco (1,3,7,14)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)
Espagueris a la faliana con queso (1,2,3,9,11) Tortila fancesa (3) Futa fasca V Pan blanco (1,3,7,14) Futa fasca V Pan blanco (1,3,7,14					
Espaguetis a la italiana con queso (1,2,3,9,11) Tortilla francesa (3) Ensalada de lechuga Ensalada de lechuga y maiz (14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Was aliana Konta de verduras (14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Fruta fresca Y Pan blan					
12 DE OCTUBRE DIA DEL PILLAR Y DE LA HUSPANIDAD Ensalada de lechuga Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Wistance (CALSASSORI Prenig (3,3,14) Wi	13				
Ensalada de lechuga Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Fruta fresca		Espaguetis a la Italiana con queso (1,2,3,9,11)	Patatas estoradas (14)	Crema de verduras (14)	Lentejas estoradas con cebolla (1)
Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) While about KCL4.452 (1997 keg) 1,520 (1995 keg) 2,520 (1995 keg) 1,520 (19	12 DE OCTUBRE	Tortilla francesa (3)	Gallo San Pedro con salsa tomillo limón (4,5,6)	Tortilla de patata con calabacín (3)	Sopa de pescado con arroz (4,5,6)
Wise above EXCLUSION Princing 11,3881 Ling 11,4801 Ling 11,4801 Ling 11,3881 Ling 1	DÍA DEL PILAR Y	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga y maíz (14)		
Wise above EXCLUSION Princing 11,3881 Ling 11,4801 Ling 11,4801 Ling 11,3881 Ling 1	DE LA HISPANIDAD	Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)	Yogur de sabor edulcorado (2) Y Pan blanco (1,3,7,14)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)
20 23 24 Crema de calabacin y calabaza (14) Crema de calabacin y calabaza (14) Arroz en salsa de tomate con cebolla, zanahoria y guisantes Abadejo en salsa con calabacin y cebolla (4,5,6) Tortilla francesa (3) Abadejo en salsa con calabacin y cebolla (4,5,6) Ensalada de lechuga y zanahoria (14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Fruta fres		VN 3-8 años: KCAL:383,06037 Prot (g): 21,38811 Lip (g): 14,09178 HC (g): 65,16954	VN 3-8 años: KCAL:357,27461 Prot (g): 21,74606 Lip (g): 7,5665 HC (g): 61,71997	VN 3-8 años: KCAL:487,1097 Prot (g): 13,205 Lip (g): 20,936 HC (g): 48,49	VN 3-8 años: KCAL:413,259 Prot (g): 15,629 Lip (g): 6,453 HC (g): 57,567
Arroz en salsa de tomate con cebolla, zanahoria y guisantes Abadejo en salsa do tomate con cebolla, zanahoria y guisantes Abadejo en salsa do tomate con cebolla, zanahoria y guisantes Abadejo en salsa con calabacin y cebolla (4,5,6) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Wisa abades KCAL-808,5895 Peruga 1,589 Liga (1,189 Hciga 15,298 Hciga 16,298 Hciga 15,298 Hciga 1		VN 9 a 13 años: KCAL:497,481 Prot (g): 22,111 Lip (g): 14,187 HC (g): 71,955	VN 9 a 13 años: KCAL:463,993 Prot (g): 22,753 Lip (g): 7,739 HC (g): 69,761	VN 9 a 13 años: KCAL:632,61 Prot (g): 19,715 Lip (g): 22,278 HC (g): 83,03	VN 9 a 13 años: KCAL:536,7 Prot (g): 19,572 Lip (g): 7,087 HC (g): 91,749
Crema de calabacin y calabaca (14) Tortilla francesa (3) Abadejo en salsa con calabacin y cebolla (4,5,6) Tortilla francesa (3) Abadejo en salsa con calabacin y cebolla (4,5,6) Ensalada de lechuga y zanahoria (14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Wisa allows KCAL-305,56558 Prot (gg. 11,489 Fug. 19.51) Wisa allows KCAL-305,56558 Prot (gg. 11,499 Fug. 19.51) Wisa allows KCAL-305,	20		22	23	24
Ensalada de lechuga y zanahoria (14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14) Fruta fresca Y	Crema de calabacin y calabaza (14)		Alubias blancas con verduras (14)	Judías verdes ecologicas con patatas (14)	Sopa de verduras con fideos (1,9,11)
Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Vis 3 a note: KCAL-306,55526 Portig: 14,690 Lbg (11,105 HC (1g): 7,18 Lbg (1g): 10,758 HC (1g): 54,891 Lbg (11,105 HC (1g): 54,891 L	Tortilla francesa (3)	Abadejo en salsa con calabacin y cebolla (4,5,6)	Tortilla francesa (3)	Hamburguesa vegetal (1,2,3,9)	Tortilla de patata con calabacín (3)
W13-8 afters: KCAL-1995,56526 Prot (g): 11,856 HC (g): 27,18 W13-8 afters: KCAL-1995,65526 Prot (g): 17,28 Lip (g): 10,736 HC (g): 54,861 W13-8 afters: KCAL-1995,858 Prot (g): 17,28 Lip (g): 11,766 HC (g): 54,861 W13-8 afters: KCAL-1995,858 Prot (g): 17,28 Lip (g): 11,856 HC (g): 27,18 Lip (g): 11,956 HC (g): 54,861 W13-8 afters: KCAL-1995,858 Prot (g): 17,28 Lip (g): 11,956 HC (g): 54,861 W13-8 afters: KCAL-1995,858 Prot (g): 17,28 Lip (g): 11,956 HC (g): 54,861 W13-8 afters: KCAL-1995,858 Prot (g): 17,28 Lip (g): 11,956 HC (g): 54,861 W13-8 afters: KCAL-1995,858 Prot (g): 17,28 Lip (g): 11,956 HC (g): 54,861 W13-8 afters: KCAL-1995,858 Prot (g): 17,28 Lip (g): 11,956 HC (g): 54,861 W13-8 afters: KCAL-1995,858 Prot (g): 17,28 Lip (g): 19,7752			Ensalada de lechuga y zanahoria (14)	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga y maíz (14)
Whise a 13 anhost: KCAL:598,598 Prot (g): 17,392 Lip (g): 11,08 Prot (g): 22,193 Lip (g): 11,08 Prot (g): 22,193 Lip (g): 11,08 Prot (g): 22,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 27,193 Lip (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who a 13 anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 19,093 Ho (g): 92,81 Who anhost: KCAL:598,519 Prot (g): 19,093 Ho	Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14)	Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)	Yogur de sabor edulcorado (2) Y Pan blanco (1,3,7,14)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)
29 30 31 Arroz a la napolitana con salsa de tomate Espirales integrales a la italiana con queso rallado (1,2,3,9,11) Filete de merluza al horno (4,5,6) Tortilla de patata con calabacín (3) Ensalada de lechuga y zanahoria (14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) WN3-8 años: KCAL-493,78019 Prot (g): 21,59416 Lip (g): 14,22079 Prot (g): 25,727 Lip (g): 25,772 Lip (g): 25,772 Lip (g): 24,114 C (g): 84,516 (1) (2): 43,910 Lip (g): 44,223 Ho (g): 53,012 (1) (2): 53,	VN 3-8 años: KCAL:305,56526 Prot (g): 14,699 Lip (g): 11,656 HC (g): 27,18	VN 3-8 años: KCAL:407,85976 Prot (g): 17,28 Lip (g): 10,736 HC (g): 54,861	VN 3-8 años: KCAL:404,43942 Prot (g): 25,15766 Lip (g): 12,67549 HC (g): 62,39683	VN 3-8 años: KCAL:489,6969 Prot (g): 19,7752 Lip (g): 15,70464 HC (g): 84,7692	VN 3-8 años: KCAL:460,85655 Prot (g): 16,30606 Lip (g): 19,6755 HC (g): 72,01497
Arroz a la napolitana con salsa de tomate Lentejas ecologicas estofadas con verduras y arroz (1) Filete de merluza al horno (4,5,6) Tortilla de patata con calabacín (3) Ensalada de lechuga y zanahoria (14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) VN3-8 años: KCAL493,78019 Prot (g): 21,59416 Lip (g): 14,22079 Prot (g): 25,727 Lip (g): 43,576239 Prot (g): 25,727 Lip (g): 43,57623 Prot (g): 15,227681 Lip (g): 14,22079 Prot (g): 15,227685 Lip (g): 14,22079 Prot (g):					
Arroz a la napolitana con salsa de tomate Lentéjas ecologicas estoradas con verduras y arroz (1) (1,2,3,9,11) Alubias blancas estoradas con calabaza Verdura tricolor (14) Filete de merluza al horno (4,5,6) Ensalada de lechuga y zanahoria (14) Finuta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) VN3-8 años: KCAL493,78019 Prot (g): 21,59416 Lip (g): 14,23079 Prot (g): 25,727 Lip (g): 25,727 Lip (g): 25,772 L	27	28		30	31
Ensalada de lechuga y zanahoria (14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14) VN3-8 ahos: KCAL493,78019 Prot (g): 21,58416 Lip (g): 14,22979 Prot (g): 22,158416 Lip (g): 14,22979 Prot (g): 23,738531 VN3-8 ahos: KCAL493,78019 Prot (g): 23,202561 Lip (g): 20,21848 Prot (g): 20,21	Arroz a la napolitana con salsa de tomate	Lentejas ecologicas estofadas con verduras y arroz (1)		Alubias blancas estofadas con calabaza	Verdura tricolor (14)
Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14) VN3-8 años: KCAL493,76019 Prot (g): 21,59416 Lip (g): 14,22079 HC (g): 29,021848 HC (g): 63,37663 VN3-8 años: KCAL493,76019 Prot (g): 27,22365 Lip (g): 13,22169 HC (g): 69,37663 VN3-8 años: KCAL493,76019 Prot (g): 29,021848 HC (g): 69,37663	Filete de merluza al horno (4,5,6)	Tortilla de patata con calabacín (3)	Salmón al horno con hierbas provenzales (4,5,6)	Tortilla francesa (3)	Abadejo a la marinera con guisantes (4,5,6)
VN 3-8 años: KCAL493,76019 Prot (g): 21,59416 Lip (g): 42,3079 HC (g): 25,727 Lip (g): 25,727 Lip (g): 25,727 Lip (g): 24,1 HC (g): 84,516 VN 3-8 años: KCAL493,76019 Prot (g): 27,22365 Lip (g	Ensalada de lechuga y zanahoria (14)		Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga y maíz (14)	
	Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14)	Fruta fresca Y Pan blanco (1,3,7,14)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)	Yogur de sabor edulcorado (2) Y Pan blanco (1,3,7,14)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)
VN 9 a 13 años: KCAL:651,247 Prot (g): 22,332 Lip (g): 14,229 HC (g): 102,899 VN 9 a 13 años: KCAL:653,516 Prot (g): 28,821 Lip (g): 12,329 HC (g): 102,895 Lip (g): 12,329 HC (g): 58,97 HC (g): 71,5 VN 9 a 13 años: KCAL:653,516 Prot (g): 28,821 Lip (g): 14,229 HC (g): 102,895 Lip (g): 14,229 HC (g):	VN 3-8 años: KCAL:493,76019 Prot (g): 21,59416 Lip (g): 14,23079 HC (g): 96,00383	VN 3-8 años: KCAL:633,09015 Prot (g): 25,727 Lip (g): 24,1 HC (g): 84,516	VN 3-8 años: KCAL:471,29467 Prot (g): 32,02661 Lip (g): 20,21848 HC (g): 60,14654	VN 3-8 años: KCAL:426,51532 Prot (g): 27,22365 Lip (g): 15,52166 HC (g): 63,37663	
the constraint of the constrai	VN 9 a 13 años: KCAL:641,247 Prot (g): 22,332 Lip (g): 14,329 HC (g): 102,899	VN 9 a 13 años: KCAL:822,195 Prot (g): 28,42 Lip (g): 24,424 HC (g): 113,598	VN 9 a 13 años: KCAL:612,071 Prot (g): 33,037 Lip (g): 20,385 HC (g): 68,105	VN 9 a 13 años: KCAL:553,916 Prot (g): 28,821 Lip (g): 15,857 HC (g): 71,5	VN9 a 13 años: KCAL:465,964 Prot (g): 22,986 Ltp (g): 5,457 HC (g): 73,194

Alérgenos: 1-Guten 2-Leche y derivados 3-Huevo 4-Pescado 5-Moluscos 6-Crustaceos 7-Cacahuete 8-Frutos de cascara 9-

Soja 10-Sésamo 11-Mostaza

12-Apio 13-Altramuces 14-Dióxidos de azufre y sulfitos

Las ensaladas se aliñan con aceite de oliva virgen extra y sal yodada.

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.



la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana! Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.



02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.





RECOMENDADOR DE CENAS









