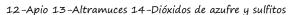
Menú SIN LEGUMBRES, SIN PESCADO, SIN MARISCO Y SIN FRUTOS SECOS

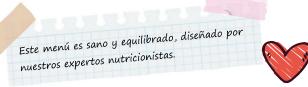


noviembre-25

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7
	Sopa de verduras con arroz	Crema de calabaza	Acelgas con patatas (14)	Arroz con salsa de tomate
	Guiso de pollo a la provenzal con aceitunas (14)	Pechuga de pavo al horno	Cinta de lomo al horno	Tortilla de patata y cebolla (3)
		Ensalada de lechuga y maíz (14)		Ensalada de lechuga y zanahoria (14)
	Fruta fresca Y Pan sin gluten (2,9)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)	Yogur de sabor edulcorado (2) Y Pan sin gluten (2,9)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)
	VN 3-8 años: KCAL:418,00451 Prot (g): 24,519 Lip (g): 14,153 HC (g): 37,321	VN 3-8 años: KCAL:368,70295 Prot (g): 33,25106 Lip (g): 9,3425 HC (g): 51,09497	VN 3-8 años: KCAL:436,9057 Prot (g): 29,496 Lip (g): 15,881 HC (g): 18,81	VN 3-8 años: KCAL:458,16848 Prot (g): 13,97666 Lip (g): 14,15849 HC (g): 87,46483
	VN 9 a 13 años: KCAL:542,863 Prot (g): 25,622 Lip (g): 14,447 HC (g): 77,075	VN 9 a 13 años: KCAL:478,835 Prot (g): 34,258 Lip (g): 9,515 HC (g): 59,136	VN 9 a 13 años: KCAL:567,41 Prot (g): 34,416 Lip (g): 17,193 HC (g): 64,022	VN 9 a 13 años: KCAL:595,024 Prot (g): 15,002 Lip (g): 14,328 HC (g): 95,533
10	11	12	13	14
Coliflor y brócoli salteado con cebolla y ajo	Sopa de ave con arroz	Crema de calabaza	Arroz con zanahoria y calabacín	Crema de zanahoria (14)
Pechuga de pollo al horno	Tortilla de patata con calabacín (3)	Lomo en salsa rubia con zanahoria (12)	Pechuga de pollo al horno	Estofado de pavo strogonoff con patata (14)
	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga y maíz (14)	Ensalada de lechuga y zanahoria (14)	
Fruta fresca Y Pan sin gluten (2,9)	Fruta fresca Y Pan sin gluten (2,9)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)	Yogur de sabor edulcorado (2) Y Pan sin gluten (2,9)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)
VN 3-8 años: KCAL:422,64299 Prot (g): 40,631 Lip (g): 10,31 HC (g): 28,586	VN 3-8 años: KCAL:462,2926 Prot (g): 12,59281 Lip (g): 21,08768 HC (g): 76,73598	VN 3-8 años: KCAL:510,25282 Prot (g): 24,68106 Lip (g): 30,2695 HC (g): 57,72097	VN 3-8 años: KCAL:479,0401 Prot (g): 38,68795 Lip (g): 10,60955 HC (g): 81,35693	VN 3-8 años: KCAL:447,36384 Prot (g): 25,756 Lip (g): 16,436 HC (g): 36,944
VN 9 a 13 años: KCAL:548,887 Prot (g): 41,734 Lip (g): 10,604 HC (g): 68,34	VN 9 a 13 años: KCAL:548,887 Prot (g): 41,734 Lip (g): 10,604 HC (g): 68,34	VN 9 a 13 años: KCAL:662,666 Prot (g): 25,688 Lip (g): 30,442 HC (g): 65,762	VN 9 a 13 años: KCAL:622,13 Prot (g): 39,938 Lip (g): 10,935 HC (g): 91,962	VN 9 a 13 años: KCAL:580,992 Prot (g): 29,699 Lip (g): 17,07 HC (g): 71,126
17	18	19	20	21
Arroz con salsa de tomate	Patata en blanco (14)	Brocoli salteado con cebolla y ajo	Crema de calabaza	Arroz con salsa de setas (2,3)
Cinta de lomo al horno	Tortilla de patata y cebolla (3)	Pollo asado al limon (14)	Tortilla francesa (3)	Pechuga de pavo al horno
Ensalada de lechuga y zanahoria (14)	Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga y maíz (14)	
Fruta fresca Y Pan sin gluten (2,9)	Fruta fresca Y Pan sin gluten (2,9)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)	Yogur de sabor edulcorado (2) Y Pan sin gluten (2,9)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)
VN 3-8 años: KCAL:462,98252 Prot (g): 29,64186 Lip (g): 14,95069 HC (g): 76,55927	VN 3-8 años: KCAL:415,21172 Prot (g): 11,84381 Lip (g): 13,55768 HC (g): 78,52998	VN 3-8 años: KCAL:481,26001 Prot (g): 39,951 Lip (g): 23,273 HC (g): 18,689	VN 3-8 años: KCAL:357,57799 Prot (g): 18,79335 Lip (g): 11,75756 HC (g): 62,58807	VN 3-8 años: KCAL:445,85233 Prot (g): 33,08 Lip (g): 10,763 HC (g): 44,52
VN 9 a 13 años: KCAL:601,276 Prot (g): 30,014 Lip (g): 15,042 HC (g): 85,909	VN 9 a 13 años: KCAL:539,236 Prot (g): 12,201 Lip (g): 13,646 HC (g): 87,77	VN 9 a 13 años: KCAL:625,013 Prot (g): 43,894 Lip (g): 23,907 HC (g): 52,871	VN 9 a 13 años: KCAL:464,387 Prot (g): 20,025 Lip (g): 12,086 HC (g): 73,166	VN 9 a 13 años: KCAL:579,029 Prot (g): 37,023 Lip (g): 11,397 HC (g): 78,702
24	25	26	27	28
Acelgas con patatas (14)	Arroz con salsa de tomate	Trinchat (col y patata) (14)	Crema de verduras (14)	Arroz con salsa de tomate
Cinta de lomo al horno	Tortilla francesa (3)	Pechuga de pollo al horno	Cinta de lomo al horno	Asado de pollo al horno con finas hierbas
Ensalada de lechuga y zanahoria (14)	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga y maíz (14)		
Fruta fresca Y Pan sin gluten (2,9)	Fruta fresca Y Pan sin gluten (2,9)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)	Yogur de sabor edulcorado (2) Y Pan sin gluten (2,9)	Fruta fresca Y Pan integral (1,3,7,14)
VN 3-8 años: KCAL:411,76751 Prot (g): 30,74186 Lip (g): 16,18669 HC (g): 50,11127	VN 3-8 años: KCAL:390,09817 Prot (g): 16,54181 Lip (g): 11,23268 HC (g): 79,19198	VN 3-8 años: KCAL:389,07638 Prot (g): 39,79706 Lip (g): 9,9975 HC (g): 48,80597	VN 3-8 años: KCAL:422,5837 Prot (g): 27,57 Lip (g): 14,326 HC (g): 24,245	VN 3-8 años: KCAL:528,83677 Prot (g): 35,58 Lip (g): 20,506 HC (g): 47,059
VN 9 a 13 años: KCAL:534,763 Prot (g): 31,114 Lip (g): 16,278 HC (g): 59,461	VN 9 a 13 años: KCAL:506,621 Prot (g): 16,899 Lip (g): 11,321 HC (g): 88,432	VN 9 a 13 años: KCAL:505,294 Prot (g): 40,804 Lip (g): 10,17 HC (g): 56,847	VN 9 a 13 años: KCAL:548,81 Prot (g): 32,49 Lip (g): 15,638 HC (g): 69,457	VN 9 a 13 años: KCAL:686,801 Prot (g): 39,523 Lip (g): 21,14 HC (g): 81,241

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





la ruta saludable

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

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.

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

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.













