

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>1</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz con tomate - Tortilla francesa al horno 🍳 - Berenjena, calabacín, pimiento y cebolla al horno - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 9.91%, G: 37.68%, HC: 52.41%, Az: 15.27gr Sal: 1.12gr, AGS: 4.07gr, 588.41 Kcal</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con berenjena y calabacín - Lomo de atun encebollado 🐟 🍷 - Tomate aliñado con zanahoria natural y maíz 🌽 - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 13.96%, G: 33.92%, HC: 52.12%, Az: 30.85gr Sal: 0.80gr, AGS: 2.58gr, 480.90 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria 🌽 - Cazuela de arroz con bacalao 🐟 - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 8.26%, G: 29.64%, HC: 62.10%, Az: 18.34gr Sal: 2.73gr, AGS: 1.84gr, 408.04 Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, calabacín y zanahoria 🍳 - Albóndigas de pollo con salsa de zanahoria y cebolla al horno 🍳 🌿 - Arroz hervido - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 9.08%, G: 27.16%, HC: 63.75%, Az: 19.15gr Sal: 0.75gr, AGS: 2.57gr, 579.78 Kcal</p>
<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potaje de judías con patata, zanahoria, tomate y pimiento - Estofado de pavo con judías verdes y zanahoria - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 17.27%, G: 33.65%, HC: 49.08%, Az: 14.70gr Sal: 0.77gr, AGS: 2.32gr, 403.82 Kcal</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, guisantes, zanahoria y calabacín 🍳 - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil 🐟 - Ensalada de tomate, pimiento rojo y aceitunas 🍷 - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 10.61%, G: 48.08%, HC: 41.31%, Az: 17.96gr Sal: 0.87gr, AGS: 3.47gr, 464.58 Kcal</p>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo 🍲 - Tortilla de patatas con cebolla 🍳 - Pisto de calabacín, cebolla, pimiento, patata y tomate al horno - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 12.40%, G: 36.05%, HC: 51.55%, Az: 20.83gr Sal: 2.04gr, AGS: 3.04gr, 571.33 Kcal</p>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas, maíz, atún y huevo duro 🐟 🍷 - Pasta de arroz con tomate - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 9.47%, G: 35.57%, HC: 54.96%, Az: 17.95gr Sal: 1.07gr, AGS: 3.65gr, 497.78 Kcal</p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de picadillo con arroz, huevo y pollo 🍲 - Gallo al horno 🐟 - Picadillo de tomate con pimientos rojo y verde 🍷 - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 15.70%, G: 27.62%, HC: 56.68%, Az: 19.73gr Sal: 1.15gr, AGS: 2.61gr, 524.55 Kcal</p>
<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria - Rosada con salsa de zanahoria y cebolla al horno 🍳 🌿 - Brócoli y coliflor al horno - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 11.15%, G: 46.64%, HC: 42.21%, Az: 24.89gr Sal: 1.07gr, AGS: 3.65gr, 475.50 Kcal</p>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con zanahoria, tomate, patata, cebolla y pimiento - Tortilla francesa 🍳 - Tomate y pepino aliñado 🍷 - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 13.56%, G: 39.75%, HC: 46.69%, Az: 14.94gr Sal: 1.41gr, AGS: 3.38gr, 476.10 Kcal</p>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo, zanahoria y guisantes - Jurel al horno con aceite de oliva y perejil 🐟 🍷 - Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz 🌽 - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 16.70%, G: 24.47%, HC: 58.83%, Az: 26.48gr Sal: 1.09gr, AGS: 2.69gr, 596.99 Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa 🍷 - Patatas panaderas con pimientos al horno - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 12.14%, G: 28.51%, HC: 59.36%, Az: 19.18gr Sal: 0.94gr, AGS: 2.16gr, 456.46 Kcal</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz, zanahoria y huevo duro 🍷 - Pasta de arroz con tomate y calabacín - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 9.72%, G: 33.70%, HC: 56.58%, Az: 18.28gr Sal: 1.28gr, AGS: 3.44gr, 476.40 Kcal</p>
<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con patata y zanahoria 🍲 - Abadejo en salsa verde 🐟 🍷 - Patatas cocidas con aove y sal - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 14.67%, G: 30.00%, HC: 55.33%, Az: 20.11gr Sal: 5.68gr, AGS: 2.39gr, 540.50 Kcal</p>	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas, maíz, atún y huevo duro 🐟 🍷 - Pasta de arroz con tomate - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 9.47%, G: 35.57%, HC: 54.96%, Az: 17.95gr Sal: 1.07gr, AGS: 3.65gr, 497.78 Kcal</p>	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con berenjena y calabacín - Tortilla de patatas con cebolla 🍳 - Picadillo de tomate con cebolla 🍷 - Fruta:manzana - Pan sin gluten <p>P: 9.26%, G: 44.21%, HC: 46.53%, Az: 18.29gr Sal: 1.68gr, AGS: 3.15gr, 471.85 Kcal</p>	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de zanahoria 🍳 - Pavo al ajillo al horno - Tortilla de patatas con Guisantes rehogados - Fruta:naranja - Pan sin gluten <p>P: 14.83%, G: 40.48%, HC: 44.69%, Az: 17.65gr Sal: 2.74gr, AGS: 3.64gr, 542.60 Kcal</p>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo - Merluza al horno con tomate 🐟 - Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y aceitunas 🍷 - Fruta:pera - Pan sin gluten <p>P: 15.21%, G: 36.90%, HC: 47.89%, Az: 20.97gr Sal: 1.30gr, AGS: 4.06gr, 691.68 Kcal</p>
<p>29</p>	<p>30</p>	<p>31</p>	<p>1</p>	<p>2</p>

🍷 F. Cáscara / 🌿 Apio / 🍷 Mostaza / 🍷 Sésamo / 🍷 SO2 / 🐟 Moluscos / 🍷 Altramuces / 🍷 Gluten / 🐟 Crustáceos / 🍷 Huevos / 🐟 Pescados / 🍷 Cacahuets / 🌿 Soja / 🍷 Lácteos

* NOTA INFORMATIVA PARA PADRES Y MADRES

La fruta podrá ser sustituida por zumo de naranja ecológica natural u otra fruta debido a las fluctuaciones del mercado de temporada.

Elaborado por:

María de los Ángeles Álvarez (Colegiada nº 2148)

Cátering El Cantaro. Tlf.: 951 10 27 48 - Ramón Hernández, 15. Polígono Villarosa. 29004 Málaga.