

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de zanahoria - Pescadito frito - Pimientos asados con cebolla - Fruta: manzana - Pan ecológico <p>P: 6.23%, G: 51.92%, HC: 41.85%, Az: 19.54gr Sal: 3.06gr, AGS: 3.68gr, 506.47 Kcal</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín - triturados - - Jamoncitos de pollo al horno con ajo y limón - Judías verdes, zanahorias y champiñones al vapor - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 20.89%, G: 31.43%, HC: 47.69%, Az: 23.32gr Sal: 1.36gr, AGS: 3.58gr, 513.83 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo - triturado - - Tortilla de patatas con calabacín - Picadillo de tomate con cebolla - Fruta: pera - Pan ecológico <p>P: 14.90%, G: 28.94%, HC: 56.16%, Az: 18.78gr Sal: 0.69gr, AGS: 1.95gr, 449.61 Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con magro de cerdo - triturado - - Bacalao al horno con ajitos v.2 - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas, maíz y zanahoria - Fruta: manzana - Pan integral <p>P: 13.23%, G: 31.55%, HC: 55.22%, Az: 20.44gr Sal: 1.75gr, AGS: 3.21gr, 615.31 Kcal</p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras - Pasta con tomate y berenjena - Ensalada de lechuga, maíz, tomate, zanahoria y queso fresco - Natillas - Pan ecológico <p>P: 11.43%, G: 26.85%, HC: 61.72%, Az: 17.04gr Sal: 1.34gr, AGS: 2.77gr, 777.60 Kcal</p>
<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria - triturado - - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Brócoli y coliflor al horno - Fruta: manzana - Pan ecológico <p>P: 19.43%, G: 33.09%, HC: 47.48%, Az: 17.78gr Sal: 1.06gr, AGS: 2.37gr, 458.94 Kcal</p>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emblanque de merluza con arroz - triturado - - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa v.1 - Menestra de zanahoria y brocoli hervida v.1 - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 18.56%, G: 29.58%, HC: 51.85%, Az: 23.98gr Sal: 1.55gr, AGS: 4.33gr, 695.07 Kcal</p>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, guisantes, zanahoria y calabacín - Gallo al vapor - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta: pera - Pan ecológico <p>P: 17.27%, G: 45.92%, HC: 36.81%, Az: 18.82gr Sal: 1.05gr, AGS: 3.33gr, 469.69 Kcal</p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de estrellas con pollo y verduras - triturados - - Contramuslo de pollo al horno - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas y zanahoria - Fruta: plátano - Pan integral <p>P: 18.65%, G: 23.05%, HC: 58.30%, Az: 29.70gr Sal: 1.19gr, AGS: 1.83gr, 440.69 Kcal</p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de fideos con patata, pollo, guisantes y zanahoria - triturados - - Tortilla francesa al horno - Picadillo de tomate, pimientos y aceitunas verdes - Flan sabor vainilla - Pan ecológico <p>P: 14.20%, G: 36.07%, HC: 49.72%, Az: 20.87gr Sal: 1.46gr, AGS: 4.13gr, 578.54 Kcal</p>
<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v.1 - Estofado de patatas, pavo, judías verdes y zanahorias - Fruta: naranja - Pan ecológico <p>P: 14.61%, G: 43.64%, HC: 41.75%, Az: 17.65gr Sal: 0.96gr, AGS: 2.22gr, 393.19 Kcal</p>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de picadillo con patata, garbanzo, huevo duro, zanahoria y pollo - triturado - - Tortilla de patata con cebolla - Ensaladilla rusa - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 12.57%, G: 50.65%, HC: 36.79%, Az: 20.94gr Sal: 3.77gr, AGS: 7.40gr, 776.23 Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín - Pollo al ajillo - Gazpacho - Fruta: manzana - Pan ecológico <p>P: 16.12%, G: 38.78%, HC: 45.10%, Az: 18.15gr Sal: 2.31gr, AGS: 2.87gr, 480.94 Kcal</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín - triturados - - Salchichas al vino con cebolla - Menestra de patatas, champiñones, zanahoria y guisantes - Fruta: pera - Pan integral <p>P: 12.23%, G: 33.71%, HC: 54.06%, Az: 25.77gr Sal: 0.98gr, AGS: 3.09gr, 575.74 Kcal</p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz, patata, tomate, cebolla y pimiento rojo v.1 - triturado - - Rosada frita - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas y zanahoria - Natillas - Pan ecológico <p>P: 13.79%, G: 30.30%, HC: 55.91%, Az: 5.69gr Sal: 1.19gr, AGS: 2.14gr, 675.51 Kcal</p>
<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potaje de garbanzos con espinacas - triturado - - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Patatas a lo pobre al horno con pimientos - Fruta: manzana - Pan ecológico <p>P: 18.23%, G: 29.74%, HC: 52.03%, Az: 17.70gr Sal: 1.77gr, AGS: 2.35gr, 538.45 Kcal</p>	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de espinacas, calabacín y cebolla - Tortilla de patata con cebolla - Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 11.42%, G: 44.27%, HC: 44.31%, Az: 25.20gr Sal: 1.95gr, AGS: 4.88gr, 494.87 Kcal</p>	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con alcachofas - triturado - - Jamoncitos de pollo al horno con ajo y limón - Ensalada de lechuga, pepino y queso fresco - Fruta: pera - Pan ecológico <p>P: 15.52%, G: 30.78%, HC: 53.70%, Az: 19.66gr Sal: 0.93gr, AGS: 2.91gr, 461.26 Kcal</p>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras - Lasaña de carne - Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pepino y huevo duro - Fruta: plátano - Pan integral <p>P: 12.42%, G: 31.03%, HC: 56.56%, Az: 37.80gr Sal: 1.01gr, AGS: 5.46gr, 662.01 Kcal</p>	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento - triturados - - Salmón al limón al horno - Tomate y pepino aliñado - Arroz con leche - Pan ecológico <p>P: 17.93%, G: 29.87%, HC: 52.20%, Az: 25.52gr Sal: 1.24gr, AGS: 5.18gr, 533.36 Kcal</p>
<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo - triturado - - Bacalao al horno con ajitos v.2 - Menestra de zanahoria y brocoli hervida v.1 - Fruta: plátano - Pan ecológico <p>P: 16.94%, G: 29.40%, HC: 53.66%, Az: 28.68gr Sal: 1.62gr, AGS: 2.14gr, 488.38 Kcal</p>	<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de champiñones, calabacín y zanahoria v.1 - Hamburguesa de pollo al horno en salsa de zanahoria, pimientos y cebolla - Patatas al horno - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 15.77%, G: 47.84%, HC: 36.39%, Az: 21.94gr Sal: 3.64gr, AGS: 8.40gr, 484.54 Kcal</p>	<p>1</p>	<p>2</p>	<p>3</p>

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

Elaborado por:

Cristina Vázquez (Colegiada nº AND-646)

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