













MENÚ OCTUBRE						1		2	
						PAELLA DE MARISCO  		ENSALADILLA RUSA CON ATUN Y MAYONESA  	
						MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL 		TERNERA EN FRICANDO  	
						FRUTA Y PAN de 3 a 8 años 585 kcal		YOGUR Y PAN  de 3 a 8 años 580 kcal	
						de 9 a 12 años 773 kcal		de 9 a 12 años 783 kcal	
5		6		7		8		9	
VICHYSOISE 		JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS		ARROZ A LA CUBANA CON TOMATE Y HUEVO DURO 		BORRAJAS CON PATATA		FIESTA	
HAMBURGUESA AL HORNO CON PATATA ASADA		FOGONERO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ 		PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA		SAN JACOBO CON ENSALADA DE PEPINO Y OLIVAS  			
FRUTA Y PAN de 3 a 8 años 578 kcal		FRUTA Y PAN de 3 a 8 años 580 kcal		FRUTA Y PAN de 3 a 8 años kcal		FRUTA Y PAN de 3 a 8 años kcal			
de 9 a 12 años 743 kcal		de 9 a 12 años 763 kcal		de 9 a 12 años kcal		de 9 a 12 años kcal			
12		13		14		15		16	
FIESTA		FIESTA		SOPA DE COCIDO 		BROCOLI CON PATATA		CREMA DE CALABAZA 	
				TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA CON LECHUGA, MAIZ Y ATUN  		MERLUZA EN SALSA VERDE Y LECHUGA CON MAIZ  		LOMO CON TOMATE CASERO Y LECHUGA	
				FRUTA Y PAN de 3 a 8 años kcal		FRUTA Y PAN de 3 a 8 años 582 kcal		FRUTA Y PAN de 3 a 8 años 578 kcal	
de 9 a 12 años kcal		de 9 a 12 años kcal		de 9 a 12 años kcal		de 9 a 12 años kcal		de 9 a 12 años 733 kcal	
19		20		21		22		23	
JUDIAS VERDES CON PATATA		GUISANTES CON JAMON Y HUEVO DURO 		ARROZ CON GAMBAS  		ESPIRALES A LA BOLOÑESA 		GARBANZOS CON PATATA	
POLLO AL AJILLO Y ENSALADA DE PEPINO Y OLIVAS		CABEZADA DE LOMO CON TOMATE CASERO Y LECHUGA CON MAIZ		MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA DE TOMATE   		TORTILLA DE ATUN CON LECHUGA Y ZANAHORIA  		COLA DE RAPE AL HORNO CON PEPINO Y OLIVAS 	
FRUTA Y PAN de 3 a 8 años 586 kcal		FRUTA Y PAN de 3 a 8 años 574 kcal		YOGUR Y PAN  de 3 a 8 años 572 kcal		FRUTA Y PAN de 3 a 8 años 580 kcal		FRUTA Y PAN de 3 a 8 años 583 kcal	
de 9 a 12 años 779 kcal		de 9 a 12 años 765 kcal		de 9 a 12 años 765 kcal		de 9 a 12 años 757 kcal		de 9 a 12 años 769 kcal	
26		27		28		29		30	
TALLARINES A LA CARBONARA   		COLIFLOR CON PATATA		LENTEJAS CON VERDURITAS		ARROZ CON VERDURAS		ACELGAS CON PATATA	
BACALAO CON AJO Y PEREJIL Y ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO 		PAVO ESTOFADO CON VERDURITAS Y ENSALADA DE TOMATE		PESKITOS CON LECHUGA Y ATUN    		TORTILLA CON ROLLITOS DE QUESO   		ALBONDIGAS CON TOMATE Y LECHUGA 	
FRUTA Y PAN de 3 a 8 años 600 kcal		FRUTA Y PAN de 3 a 8 años 572 kcal		FRUTA Y PAN de 3 a 8 años 579 kcal		YOGUR Y PAN  de 3 a 8 años 595 kcal		FRUTA Y PAN de 3 a 8 años	
de 9 a 12 años 772 kcal		de 9 a 12 años 726 kcal		de 9 a 12 años 784 kcal		de 9 a 12 años 781 kcal		de 9 a 12 años	

PASAD POR SECRETARIA PARA APUNTARSE DE FORMA OCASIONAL O BORRARSE ANTES DE LAS 10h.

Valoración nutricional por D^a Marta Sánchez Movellán, Diplomada en Nutrición Humana y Dietética N° Col. ARA00098