

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

5

Lentejas a la hortelana
Hamburguesa mixta al horno con ensalada
Fruta fresca de temporada
512,4Kcal - Prot:32,8g - Lip:16,9g - HC:55,3g
AGS:4.4a - Azúcares:16.8a - Sal:8.4a

LUNES DE CARNAVAL 12

NO LECTIVO

19

Sopa de ave con fideos
Merluza en salsa al curry con ensalada
Lácteo
482,1Kcal - Prot:31,0g - Lip:19,7g - HC:41,5g
AGS:4.9a - Azúcares:18.5a - Sal:1.5a

26

Judías verdes con patatas al ajo arriero
Calamares a la romana con ensalada

Fruta fresca de temporada
548,4Kcal - Prot:34,1g - Lip:18,7g - HC:56,5g
AGS:4.0a - Azúcares:17.9a - Sal:1.5a

6

Crema de brócoli
Contramuslo de pollo en salsa de miel y mostaza
Fruta fresca de temporada
434,0Kcal - Prot:12,6g - Lip:17,5g - HC:49,6g
AGS:2.9a - Azúcares:21.3a - Sal:3.1a

MARTES DE CARNAVAL 13

NO LECTIVO

20

Crema de calabaza
Albóndigas mixtas en salsa con patata dado
Fruta fresca de temporada
507,8Kcal - Prot:27,9g - Lip:11,5g - HC:67,7g
AGS:1.9a - Azúcares:19.2a - Sal:1.4a

27

Sopa de cocido
Cocido completo

Fruta fresca de temporada
544,6Kcal - Prot:25,0g - Lip:15,0g - HC:76,2g
AGS:4.6a - Azúcares:21.7a - Sal:1.6a

7

Empedrado de alubias pintas con arroz
Merluza en salsa de puerros
Lácteo
574,3Kcal - Prot:35,0g - Lip:16,9g - HC:66,1g
AGS:6.1a - Azúcares:24.9a - Sal:1.6a

MIERCOLES DE CENIZA 14

Crema de zanahoria

Tortilla de patata con ensalada

Lácteo
547,8Kcal - Prot:28,0g - Lip:15,0g - HC:66,8g
AGS:3.1a - Azúcares:21.5a - Sal:1.6a

21

Fabada Asturiana
Filete de abadejo a la Mediterránea
Lácteo
642,2Kcal - Prot:32,5g - Lip:22,8g - HC:73,9g
AGS:6.5a - Azúcares:25.8a - Sal:1.7a

28

Arroz a la Zamorana
Tortilla francesa con ensalada

Lácteo
588,5Kcal - Prot:33,9g - Lip:10,3g - HC:83,0g
AGS:2.2a - Azúcares:18.9a - Sal:0.8a

1

Sopa de cocido

Cocido completo

Fruta fresca de temporada
603,7Kcal - Prot:33,4g - Lip:27,3g - HC:52,9g
AGS:6.8a - Azúcares:18.4a - Sal:1.7a

8

Lazos de pasta "Aglio e Olio"
Tortilla francesa con ensalada mixta
Fruta fresca de temporada
541,7Kcal - Prot:27,2g - Lip:16,5g - HC:66,0g
AGS:3.8a - Azúcares:26.7a - Sal:1.6a

15

Sopa de cocido

Cocido completo

Fruta fresca de temporada
621,7Kcal - Prot:35,8g - Lip:20,2g - HC:68,0g
AGS:4.7a - Azúcares:25.2a - Sal:1.8a

22

Macarrones con salsa de tomate
Jamoncitos de pollo asados a las finas hierbas
Fruta fresca de temporada
565,9Kcal - Prot:25,3g - Lip:20,4g - HC:61,2g
AGS:4.4a - Azúcares:19.0a - Sal:1.7a

29

Patatas estofadas con bacon
Jamoncitos de pollo al horno

Fruta fresca de temporada
609,1Kcal - Prot:29,1g - Lip:20,2g - HC:71,7g
AGS:4.6a - Azúcares:28.3a - Sal:1.8a

2

Arroz a banda

Merluza al horno con picada de ajo-perejil

Lácteo
642,5Kcal - Prot:34,8g - Lip:22,0g - HC:67,0g
AGS:6.0a - Azúcares:25.5a - Sal:1.8a

9

Repollo con patatas al ajo arriero
Calamares a la romana con ensalada
Lácteo
587,2Kcal - Prot:27,3g - Lip:22,5g - HC:65,5g
AGS:5.0a - Azúcares:23.3a - Sal:1.6a

16

Patatas estofadas con verduras

Filete de merluza en salsa verde

Fruta fresca de temporada
637,3Kcal - Prot:36,3g - Lip:23,2g - HC:67,6g
AGS:6.7a - Azúcares:18.7a - Sal:1.8a

23

Lentejas estofadas con verduritas
Tortilla de patata con cebolla y ensalada
Fruta fresca de temporada
478,5Kcal - Prot:25,1g - Lip:15,8g - HC:57,1g
AGS:3.8a - Azúcares:20.3a - Sal:1.7a