

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín - Tortilla de patatas con cebolla - Menestra de champiñones y zanahoria - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 13.99%, G: 33.28%, HC: 52.73%, Az: 22.32gr Sal: 1.74gr, AGS: 3.86gr, 553.62 Kcal</p>	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de estrellitas - Pollo al horno en salsa de zanahoria, pimientos y cebolla - Salpicón de tomate, bocas de mar, maíz y cebolla - Fruta fresca - Pan ecológico <p>P: 27.71%, G: 7.25%, HC: 65.03%, Az: 16.84gr Sal: 2.81gr, AGS: 0.44gr, 357.45 Kcal</p>	<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de judías verdes, atun, aceitunas y huevo duro - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil - Gazpacho - Fruta fresca - Pan ecológico <p>P: 19.24%, G: 56.08%, HC: 24.68%, Az: 12.22gr Sal: 1.26gr, AGS: 3.82gr, 402.65 Kcal</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ajoblanco - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz - Fruta fresca - Pan ecológico <p>P: 14.49%, G: 63.86%, HC: 21.65%, Az: 19.89gr Sal: 5.62gr, AGS: 6.91gr, 664.10 Kcal</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza con picatostes - Rosada al pil pil - Patatas con cebolla y champiñones - Postre - Pan ecológico <p>P: 16.41%, G: 40.17%, HC: 43.42%, Az: 6.75gr Sal: 1.20gr, AGS: 3.04gr, 633.83 Kcal</p>
<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de acelgas, calabacín y cebolla - Jamoncitos de pollo al ajillo al horno - Menestra de champiñones y zanahoria - Fruta fresca - Pan ecológico <p>P: 16.61%, G: 44.19%, HC: 39.20%, Az: 21.17gr Sal: 1.01gr, AGS: 3.21gr, 458.94 Kcal</p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de picadillo con huevo, pollo, fideos, garbanzos y patata - Rosada al horno con cebolla y tomillo - Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 17.89%, G: 25.80%, HC: 56.31%, Az: 22.25gr Sal: 3.23gr, AGS: 3.43gr, 562.67 Kcal</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fideuá con alcachofas - Pinchitos de pollo al horno con salsa de pimiento y cebolla - Ensaladilla rusa - Fruta fresca - Pan ecológico <p>P: 11.66%, G: 50.24%, HC: 38.10%, Az: 15.33gr Sal: 4.98gr, AGS: 5.34gr, 703.80 Kcal</p>	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con berenjena, calabacín y cebolla - Tortilla de patatas con cebolla - Tomate aliñado con queso fresco - Fruta fresca - Pan integral <p>P: 13.21%, G: 39.64%, HC: 47.15%, Az: 15.81gr Sal: 1.72gr, AGS: 3.49gr, 467.26 Kcal</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo - Bacalao en salsa de pimiento del piquillo - Ensalada de lechuga, tomate, maíz y zanahoria - Natillas - Pan ecológico <p>P: 15.67%, G: 35.97%, HC: 48.36%, Az: 7.66gr Sal: 3.36gr, AGS: 3.23gr, 727.79 Kcal</p>
<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de champiñones, calabacín y zanahoria v.1 - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan ecológico <p>P: 15.44%, G: 32.18%, HC: 52.38%, Az: 26.60gr Sal: 1.27gr, AGS: 2.93gr, 499.78 Kcal</p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y tomate - Tortilla de patata con cebolla - Tomate y pepino aliñado v1 - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 15.20%, G: 29.16%, HC: 55.64%, Az: 22.08gr Sal: 1.99gr, AGS: 4.11gr, 566.32 Kcal</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Porra con atún - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Judías verdes salteadas - Fruta: plátano - Pan ecológico <p>P: 15.16%, G: 31.76%, HC: 53.08%, Az: 31.84gr Sal: 2.19gr, AGS: 3.98gr, 696.61 Kcal</p>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria - Bacalao frito v2 - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta: manzana - Pan integral <p>P: 15.76%, G: 32.94%, HC: 51.30%, Az: 19.72gr Sal: 2.05gr, AGS: 2.06gr, 498.96 Kcal</p>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas, maíz, zanahoria y huevo duro - Lasaña de carne - Flan sabor vainilla - Pan ecológico <p>P: 14.59%, G: 33.43%, HC: 51.98%, Az: 21.59gr Sal: 1.12gr, AGS: 5.21gr, 492.20 Kcal</p>
<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de picadillo con patata, garbanzo, huevo duro, zanahoria y pollo v1 - Salmón al limón al horno - Zanahoria hervida - Fruta: pera - Pan ecológico <p>P: 19.78%, G: 28.08%, HC: 52.14%, Az: 19.81gr Sal: 1.27gr, AGS: 2.93gr, 446.12 Kcal</p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Pavo al horno con salsa de cebolla y ajo v3 - Patatas a lo pobre al horno con pimientos - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 14.67%, G: 37.66%, HC: 47.67%, Az: 23.40gr Sal: 1.19gr, AGS: 3.61gr, 531.94 Kcal</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz guisado con pollo - Rosada al horno con cebolla y tomillo v2 - Ensalada de lechuga, zanahoria natural, maíz y aceitunas - Fruta: ciruela - Pan ecológico <p>P: 19.12%, G: 25.26%, HC: 55.62%, Az: 17.52gr Sal: 1.58gr, AGS: 2.21gr, 549.17 Kcal</p>	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Tortilla de patatas con calabacín v1 - Tomate aliñado - Fruta: plátano - Pan integral <p>P: 13.98%, G: 19.25%, HC: 66.77%, Az: 26.67gr Sal: 1.45gr, AGS: 1.33gr, 399.86 Kcal</p>	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de fideos - Pollo al ajillo - Ensalada de tomate, lechuga, huevo duro, aceitunas y maíz - Natillas - Pan ecológico <p>P: 17.76%, G: 38.72%, HC: 43.52%, Az: 7.47gr Sal: 1.29gr, AGS: 4.69gr, 778.79 Kcal</p>
<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de espinacas, calabacín y cebolla - Caldereta de merluza con almejas - Ensaladilla rusa - Fruta: manzana - Pan ecológico <p>P: 12.15%, G: 48.15%, HC: 39.70%, Az: 18.34gr Sal: 4.62gr, AGS: 5.31gr, 753.02 Kcal</p>	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo - Gallo al vapor - Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 21.20%, G: 38.08%, HC: 40.72%, Az: 19.43gr Sal: 1.37gr, AGS: 4.37gr, 598.95 Kcal</p>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz, patata, tomate, cebolla y pimiento rojo v2 - Hamburguesa de ternera al horno - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz, zanahoria y palmito - Fruta: plátano - Pan ecológico <p>P: 13.36%, G: 28.09%, HC: 58.55%, Az: 35.38gr Sal: 1.36gr, AGS: 3.02gr, 812.71 Kcal</p>	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1 - Tortilla francesa al horno - Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate - Fruta: manzana - Pan integral <p>P: 13.32%, G: 37.89%, HC: 48.78%, Az: 19.82gr Sal: 1.93gr, AGS: 3.38gr, 496.31 Kcal</p>	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emblanque de merluza - Pinchitos de pollo en salsa de cebolla y zanahoria - Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria - Arroz con leche - Pan ecológico <p>P: 17.38%, G: 33.97%, HC: 48.65%, Az: 26.58gr Sal: 1.44gr, AGS: 6.02gr, 667.00 Kcal</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.