

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento - Contramuslo de pollo asado al horno v1 - Judías verdes salteadas - Fruta:pera - Pan ecológico <p>P: 20.62%, G: 23.13%, HC: 56.25%, Az: 18.75gr Sal: 1.29gr, AGS: 1.65gr, 457.66 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa con patata, zanahoria, fideos y garbanzos v.1 - Bacalao frito - Menestra de zanahoria y brocoli hervida - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 16.55%, G: 24.34%, HC: 59.11%, Az: 22.67gr Sal: 1.77gr, AGS: 2.88gr, 649.98 Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emblancho de merluza - Albóndigas de pollo al horno con salsa de tomate y cebolla - Arroz blanco hervido - Fruta:manzana - Pan ecológico <p>P: 16.81%, G: 27.23%, HC: 55.97%, Az: 18.65gr Sal: 1.60gr, AGS: 3.43gr, 746.41 Kcal</p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de champiñones, calabacín y zanahoria con picatostes - Tortilla de patata con cebolla - Picadillo de tomate con cebolla - Fruta: melón - Pan integral <p>P: 11.79%, G: 35.62%, HC: 52.59%, Az: 17.87gr Sal: 1.81gr, AGS: 3.09gr, 436.98 Kcal</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de fideos con judías verdes, zanahorias y calabaza - Lomo de atún encebollado al horno - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas y zanahoria - Natillas - Pan ecológico <p>P: 15.35%, G: 28.55%, HC: 56.10%, Az: 12.46gr Sal: 1.46gr, AGS: 2.26gr, 662.72 Kcal</p>
<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones con picatostes - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan ecológico <p>P: 15.67%, G: 25.18%, HC: 59.16%, Az: 27.99gr Sal: 1.47gr, AGS: 2.62gr, 627.71 Kcal</p>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de arroz con pollo y verduras - Magro de cerdo guisado con tomate - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 17.56%, G: 29.77%, HC: 52.67%, Az: 21.79gr Sal: 1.82gr, AGS: 3.68gr, 494.53 Kcal</p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gazpachuelo con gambas - Rosada al horno con cebolla y tomillo v2 - Ensalada de lechuga, zanahoria natural, maíz y aceitunas v1 - Fruta: melón v1 - Pan ecológico <p>P: 16.53%, G: 50.52%, HC: 32.95%, Az: 7.87gr Sal: 3.25gr, AGS: 4.82gr, 601.12 Kcal</p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de espinacas, calabacín y cebolla con picatostes - Tortilla de patata con cebolla - Coliflor, champiñones y zanahoria al vapor - Fruta:manzana - Pan integral <p>P: 10.30%, G: 40.96%, HC: 48.74%, Az: 21.88gr Sal: 1.88gr, AGS: 3.52gr, 460.12 Kcal</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espirales con tomate y atún - Jamoncitos de pollo asado al horno - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas, maíz y huevo duro - Flan sabor vainilla - Pan ecológico <p>P: 19.42%, G: 32.45%, HC: 48.13%, Az: 25.71gr Sal: 7.30gr, AGS: 4.67gr, 693.87 Kcal</p>
<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de fideos, garbanzos, patata y zanahoria v2 - Merluza frita - Zanahoria hervida - Fruta:pera - Pan ecológico <p>P: 17.46%, G: 26.08%, HC: 56.46%, Az: 22.17gr Sal: 1.82gr, AGS: 1.78gr, 545.73 Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín con picatostes - Estofado de patatas, pavo, judías verdes y zanahorias - Arroz blanco hervido - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 12.91%, G: 33.77%, HC: 53.33%, Az: 24.10gr Sal: 1.57gr, AGS: 4.33gr, 707.86 Kcal</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gazpachuelo con gambas - Rosada al horno con cebolla y tomillo v2 - Ensalada de lechuga, zanahoria natural, maíz y aceitunas v1 - Fruta: melón v1 - Pan ecológico <p>P: 16.53%, G: 50.52%, HC: 32.95%, Az: 7.87gr Sal: 3.25gr, AGS: 4.82gr, 601.12 Kcal</p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Tortilla de patatas con calabacín v1 - Champiñones salteados con cebolla - Fruta: plátano - Pan integral <p>P: 14.05%, G: 22.44%, HC: 63.51%, Az: 26.69gr Sal: 1.50gr, AGS: 1.66gr, 434.98 Kcal</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín con picatostes - Lasaña de carne - Ensalada de tomate, lechuga, huevo duro, aceitunas y maíz - Natillas - Pan ecológico <p>P: 13.09%, G: 34.89%, HC: 52.02%, Az: 8.20gr Sal: 1.38gr, AGS: 5.36gr, 709.00 Kcal</p>
<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema verde de calabacín, puerro y espinacas con picatostes - Gallo al horno con aove y perejil - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: melón v1 - Pan ecológico <p>P: 17.72%, G: 27.08%, HC: 55.20%, Az: 8.85gr Sal: 7.88gr, AGS: 2.22gr, 521.21 Kcal</p>	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz, patata, tomate, cebolla y pimiento rojo v2 - Croquetas de cocido - Brocoli al horno con ajo y pimentón - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 11.82%, G: 32.96%, HC: 55.21%, Az: 19.49gr Sal: 1.19gr, AGS: 4.30gr, 671.96 Kcal</p>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1 - Bacalao al horno con ajitos v3 - Judías verdes salteadas - Fruta:manzana - Pan ecológico <p>P: 19.57%, G: 26.58%, HC: 53.85%, Az: 16.98gr Sal: 2.51gr, AGS: 1.68gr, 473.03 Kcal</p>	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1 - Tortilla de patata con cebolla - Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate - Fruta: plátano - Pan integral <p>P: 11.89%, G: 30.19%, HC: 57.92%, Az: 21.78gr Sal: 2.22gr, AGS: 3.40gr, 580.04 Kcal</p>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lacitos con tomate, berenjena y queso v.1 - Ternera en salsa - Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pepino y huevo duro - Arroz con leche - Pan ecológico <p>P: 15.80%, G: 35.02%, HC: 49.18%, Az: 29.44gr Sal: 1.96gr, AGS: 8.62gr, 747.51 Kcal</p>
<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1 - Contramuslo de pollo asado al horno v1 - Judías verdes al horno - Fruta: plátano - Pan ecológico <p>P: 18.48%, G: 25.98%, HC: 55.55%, Az: 27.49gr Sal: 1.95gr, AGS: 2.40gr, 569.27 Kcal</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa con patata, zanahoria, fideos y garbanzos v.1 - Tortilla francesa al horno - Menestra de zanahoria y brocoli hervida - Yogurt - Pan ecológico <p>P: 15.59%, G: 28.73%, HC: 55.68%, Az: 22.85gr Sal: 1.69gr, AGS: 4.42gr, 686.38 Kcal</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de fideos con patata, limanda, guisantes y zanahoria - Pollo al ajillo - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas y zanahoria - Fruta:pera - Pan ecológico <p>P: 17.90%, G: 36.80%, HC: 45.30%, Az: 21.17gr Sal: 1.51gr, AGS: 3.44gr, 607.59 Kcal</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de champiñones, calabacín y zanahoria con picatostes - Salmón al limón al horno - Ensaladilla rusa - Fruta:naranja - Pan integral <p>P: 14.88%, G: 50.52%, HC: 34.59%, Az: 17.88gr Sal: 3.27gr, AGS: 5.82gr, 654.97 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emblancho de merluza - Tortilla de patata con cebolla - Ensalada de lechuga, maíz, tomate, zanahoria y queso fresco - Natillas - Pan ecológico <p>P: 16.42%, G: 36.49%, HC: 47.09%, Az: 8.46gr Sal: 2.23gr, AGS: 4.30gr, 746.22 Kcal</p>

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

Elaborado por:

Nuria Losada (Colegiada nº AND-00990)

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