

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de champiñones, calabacín y zanahoria con picatostes - Rosada al pil pil - Patatas a lo pobre al horno con pimientos - Fruta fresca - Pan de trigo ecológico <p>P: 17.38%, G: 37.30%, HC: 45.32%, Az: 17.86gr Sal: 1.28gr, AGS: 2.86gr, 518.44 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria, pimiento y chorizo - Albóndigas de pollo al horno con salsa de tomate y cebolla - Coliflor, champiñones y zanahoria al vapor - Yogurt - Pan de trigo ecológico <p>P: 17.79%, G: 34.87%, HC: 47.34%, Az: 24.87gr Sal: 2.24gr, AGS: 4.42gr, 604.63 Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con pollo - Bacalao frito - Ensalada de pimiento asado, cebolla y atún - Fruta fresca - Pan de trigo ecológico <p>P: 14.36%, G: 37.06%, HC: 48.58%, Az: 17.64gr Sal: 1.58gr, AGS: 3.47gr, 601.87 Kcal</p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potaje con garbanzos, bacalao y espinacas - Tortilla de patatas (sin cebolla) - Pipirrana con bocas de mar - Fruta fresca - Pan de trigo integral <p>P: 16.13%, G: 24.80%, HC: 59.07%, Az: 16.15gr Sal: 0.96gr, AGS: 4.95gr, 483.88 Kcal</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de lechuga, aceitunas, maíz, zanahoria, atún, cebolla y huevo duro - Pasta con nata, gambas, cebolla y champiñones - Natillas - Pan de trigo ecológico <p>P: 14.92%, G: 35.83%, HC: 49.26%, Az: 5.01gr Sal: 2.14gr, AGS: 3.66gr, 543.53 Kcal</p>
<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1 - Bacalao al horno con ajitos v3 - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico <p>P: 16.80%, G: 27.00%, HC: 56.20%, Az: 19.08gr Sal: 2.38gr, AGS: 1.99gr, 512.12 Kcal</p>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lacitos con tomate, berenjena y queso v.1 - Croquetas de cocido - Ensalada de lechuga, tomate cherry, aceitunas, maíz y huevo duro - Yogurt - Pan de trigo ecológico <p>P: 14.43%, G: 42.28%, HC: 43.28%, Az: 21.51gr Sal: 1.39gr, AGS: 6.58gr, 640.66 Kcal</p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Estofado de patatas, pavo, judías verdes y zanahorias - Brocoli al horno con ajo y pimentón - Fruta:naranja - Pan de trigo ecológico <p>P: 15.38%, G: 45.76%, HC: 38.87%, Az: 20.27gr Sal: 1.05gr, AGS: 2.64gr, 446.35 Kcal</p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de estrellas, patata, zanahoria y pollo - Salmón al limón al horno - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta:manzana - Pan de trigo integral <p>P: 18.52%, G: 31.09%, HC: 50.38%, Az: 18.43gr Sal: 1.12gr, AGS: 2.98gr, 415.80 Kcal</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz, patata, tomate, cebolla y pimiento rojo v2 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Pisto de verduras - Arroz con leche - Pan de trigo ecológico <p>P: 8.04%, G: 35.43%, HC: 56.53%, Az: 29.87gr Sal: 1.93gr, AGS: 7.35gr, 796.57 Kcal</p>
<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones - Rosada al horno con cebolla y tomillo v2 - Arroz hervido - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico <p>P: 15.24%, G: 21.57%, HC: 63.20%, Az: 19.12gr Sal: 1.11gr, AGS: 1.93gr, 562.65 Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1 - Tortilla francesa al horno - Berenjenas al vapor con salsa de tomate, ajo y albahaca - Yogurt - Pan de trigo ecológico <p>P: 16.59%, G: 37.51%, HC: 45.91%, Az: 22.21gr Sal: 2.20gr, AGS: 4.60gr, 541.55 Kcal</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emblancco de merluza - Lasaña de carne - Ensalada de lechuga, maíz, tomate, zanahoria y queso fresco - Fruta:pera - Pan de trigo ecológico <p>P: 16.62%, G: 33.71%, HC: 49.67%, Az: 21.00gr Sal: 0.98gr, AGS: 5.07gr, 611.65 Kcal</p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gazpachuelo con merluza - Magro de cerdo guisado con tomate - Judías verdes salteadas con refrito de ajo y pimentón - Fruta:manzana - Pan de trigo integral <p>P: 12.66%, G: 54.90%, HC: 32.45%, Az: 16.74gr Sal: 1.37gr, AGS: 5.15gr, 590.43 Kcal</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1 - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Natillas - Pan de trigo ecológico <p>P: 15.12%, G: 29.48%, HC: 55.40%, Az: 4.82gr Sal: 1.25gr, AGS: 1.20gr, 444.88 Kcal</p>
<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa con patata, zanahoria, fideos y garbanzos v.1 - Hamburguesa de ternera al horno - Arroz hervido - Fruta:manzana - Pan de trigo ecológico <p>P: 15.14%, G: 19.71%, HC: 65.16%, Az: 25.55gr Sal: 0.78gr, AGS: 1.93gr, 867.64 Kcal</p>	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lacitos con tomate, berenjena y queso v.1 - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras - Yogurt natural - Pan de trigo ecológico <p>P: 17.81%, G: 39.13%, HC: 43.06%, Az: 16.56gr Sal: 1.52gr, AGS: 5.68gr, 544.68 Kcal</p>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potaje con garbanzos, bacalao y espinacas - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Tempura de berenjena, calabacín y pimiento - Fruta: plátano - Pan de trigo ecológico <p>P: 13.28%, G: 25.31%, HC: 61.41%, Az: 27.40gr Sal: 0.91gr, AGS: 1.82gr, 528.45 Kcal</p>	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa minestrone con fideos - Contramuslo de pollo asado al horno v1 - Ensaladilla rusa - Fruta:naranja - Pan de trigo integral <p>P: 16.77%, G: 45.52%, HC: 37.71%, Az: 15.39gr Sal: 3.10gr, AGS: 4.22gr, 598.30 Kcal</p>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, guisantes, zanahoria y calabacín - Rosada frita - Tomate aliñado con aceitunas - Flan sabor vainilla - Pan de trigo ecológico <p>P: 14.33%, G: 39.52%, HC: 46.15%, Az: 20.52gr Sal: 1.09gr, AGS: 2.75gr, 458.15 Kcal</p>
<p>1</p>	<p>2</p>	<p>3</p>	<p>4</p>	<p>5</p>

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

Elaborado por:

Nuria Losada (Colegiada nº AND-00990)

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