

MES: Abril 2024

VAL DE LA ATALAYA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p>1</p> <p>SEMANA SANTA 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta)</p>	<p>2</p> <p>SEMANA SANTA 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p>	<p>3</p> <p>SEMANA SANTA 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p>	<p>4</p> <p>SEMANA SANTA 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>5</p> <p>SEMANA SANTA 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p>6</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>7</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p>8</p> <p>Potaje de garbanzos con arroz Salmón con salsa de tomate con verduras Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:2.460/588 GT:20 GS:3 HC:69 AZ:27 PROT:29 SAL:5</p>	<p>9</p> <p>Crema de verduras Pollo en salsa de champiñones (champiñón, patata y cebolla) con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Carne con Legumbres y Lácteos)</p> <p>VE:2.505/599 GT:19 GS:5 HC:33 AZ:19 PROT:33 SAL:4</p>	<p>10</p> <p>Sopa minestrone Albóndigas de merluza y pota en salsa (guisante, cebolla, zanahoria y orégano) con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:2.550/610 GT:16 GS:3 HC:86 AZ:23 PROT:27 SAL:7</p>	<p>11</p> <p>Judías verdes con refrito Magro a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento, zanahoria, calabacín y tomillo) Yogur y pan integral (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.558/612 GT:22 GS:2 HC:55 AZ:22 PROT:24 SAL:6</p>	<p>12</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.501/598 GT:23 GS:5 HC:67 AZ:20 PROT:25 SAL:5</p>	<p>13</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>14</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>
<p>15</p> <p>Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.412/577 GT:24 GS:10 HC:67 AZ:19 PROT:19 SAL:3</p>	<p>16</p> <p>Lentejas castellanas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:2.512/601 GT:15 GS:3 HC:89 AZ:18 PROT:27 SAL:4</p>	<p>17</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de abadejo al horno con verduritas (cebolla, zanahoria, pimiento rojo, pimiento verde, tomate y ajo) Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.461/589 GT:17 GS:2 HC:85 AZ:24 PROT:23 SAL:5</p>	<p>18</p> <p>Sopa de cocido con pasta Cocido completo con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:2.630/629 GT:20 GS:5 HC:78 AZ:20 PROT:30 SAL:4</p>	<p>19</p> <p>Menestra de verduras salteadas Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.499/598 GT:16 GS:4 HC:62 AZ:20 PROT:26 SAL:4</p>	<p>20</p> <p>1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>21</p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p>
<p>22</p> <p>FESTIVO 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p>23</p> <p>FESTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>24</p> <p>Lentejas a la jardinera Tortilla alemana con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos)</p> <p>VE:2.542/608 GT:18 GS:4 HC:83 AZ:18 PROT:27 SAL:4</p>	<p>25</p> <p>Crema de calabacín Heura al curry con arroz Yogur y pan integral (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.518/603 GT:20 GS:5 HC:84 AZ:19 PROT:19 SAL:5</p>	<p>26</p> <p>Macarrones a la napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Merluza en salsa marinera con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta)</p> <p>VE:2.570/615 GT:22 GS:3 HC:78 AZ:25 PROT:23 SAL:4</p>	<p>27</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>28</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta</p>
<p>29</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tira de mar (pota) rebozada con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:2.439/583 GT:17 GS:2 HC:80 AZ:20 PROT:22 SAL:5</p>	<p>30</p> <p>Sopa de fideos con verduras Pollo en salsa (patata, cebolla, zanahoria y tomate) Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.624/628 GT:18 GS:4 HC:77 AZ:23 PROT:38 SAL:6</p>					

(*) Recomendación cena (***) Recomendación comida // A partir de 18 meses