

MES: Abril 2024

VAL DE LA ATALAYA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p>1</p> <p>SEMANA SANTA 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos)</p>	<p>2</p> <p>SEMANA SANTA 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)</p>	<p>3</p> <p>SEMANA SANTA 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>4</p> <p>SEMANA SANTA 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>	<p>5</p> <p>SEMANA SANTA 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p>6</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>7</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Legumbres 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 Huevos con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:3.262/780 GT:26 GS:4 HC:91 AZ:37 PROT:40 SAL:6</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 Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.233/773 GT:23 GS:6 HC:97 AZ:26 PROT:42 SAL:5</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 Lácteos)</p> <p>VE:3.147/753 GT:1 GS:3 HC:103 AZ:31 PROT:34 SAL:9</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 Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.258/780 GT:28 GS:2 HC:70 AZ:30 PROT:33 SAL:7</p>	<p>12</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)</p> <p>VE:3.139/751 GT:29 GS:6 HC:82 AZ:22 PROT:33 SAL:6</p>	<p>13</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>14</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Arroz 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 Patatas 2º Pescado con Legumbres y Fruta)</p> <p>VE:3.063/733 GT:30 GS:12 HC:87 AZ:26 PROT:25 SAL:4</p>	<p>16</p> <p>Lentejas castellanas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p> <p>VE:3.080/737 GT:19 GS:4 HC:106 AZ:24 PROT:34 SAL:5</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 Lácteos)</p> <p>VE:3.259/780 GT:23 GS:3 HC:111 AZ:32 PROT:31 SAL:6</p>	<p>18</p> <p>Sopa de cocido con pasta Cocido completo con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.256/779 GT:26 GS:7 HC:95 AZ:26 PROT:37 SAL:4</p>	<p>19</p> <p>Menestra de verduras salteadas Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.086/738 GT:21 GS:6 HC:73 AZ:22 PROT:36 SAL:5</p>	<p>20</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>21</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>
<p>22</p> <p>FESTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>	<p>23</p> <p>FESTIVO 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>24</p> <p>Lentejas a la jardinera Tortilla alemana con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.087/739 GT:23 GS:5 HC:97 AZ:24 PROT:34 SAL:5</p>	<p>25</p> <p>Crema de calabacín Heura al curry con arroz Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.066/733 GT:23 GS:6 HC:104 AZ:20 PROT:22 SAL:6</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 Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.134/750 GT:27 GS:4 HC:93 AZ:32 PROT:30 SAL:5</p>	<p>27</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>28</p> <p>1º Patatas 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Pasta y Lácteos</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:3.237/774 GT:22 GS:3 HC:106 AZ:28 PROT:31 SAL:6</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 Huevos con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.328/796 GT:24 GS:6 HC:93 AZ:31 PROT:51 SAL:8</p>					

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