

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
	Arroz con tomate casero Cinta de lomo ⁽⁶⁾ con jardinera de verduras (judía verde, coliflor, guisante, zanahoria) Sandía - Agua -Pan ⁽¹⁾		Crema de zanahoria Merluza en su jugo ^(4,14) con ensalada de lechuga y maíz Manzana - Agua -Pan integral ^(1,6,11)		Lentejas guisadas con verduras ⁽¹⁾ Pollo al ajillo con ensalada de lechuga y aceitunas Melón - Agua-LECHE ECO ⁽⁷⁾ -Pan ⁽¹⁾		Judías verdes rehogadas con patatas y salsa de tomate casero Salmón al limón ⁽⁴⁾ con arroz integral Nectarina - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Sopa vegetal de arroz Cocido completo (Garbanzo, patata, zanahoria, chorizo, pollo, ternera) Helado ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
	Pisto (calabacín, berenjena, pimiento y cebolla) Ternera en salsa con patata asada Pera - Agua -Pan ⁽¹⁾		Pasta SG boloñesa Gallineta en salsa ^(4,14) con guisantes Plátano - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		JORNADA GASTRONÓMICA ARGENTINA ★ ★ Salteado de verduras con arroz Asado argentino con patata panadera Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Alubias blancas con chorizo Merluza en salsa ^(4,14) con zanahoria Manzana - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Crema de calabaza ECO Nuggets de pollo caseros SG con ensalada de lechuga y tomate Plátano - Agua - Pan ⁽¹⁾
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
	Pasta SG con aceite y orégano Palometa SG con tomate ^(4,14) con jardinera (judía verde, coliflor, zanahoria, guisante) Melón - Agua -Pan ⁽¹⁾		Crema Vichyssoise Magro de cerdo estofado con quinoa Pera - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Judías pintas estofadas con verduras Merluza en salsa ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y maíz Nectarina - Agua -Leche ECO ⁽⁷⁾ -Pan ⁽¹⁾		DÍA INTERNACIONAL VEGETARIANOS Arroz con verduras (zanahoria, guisante, brócoli, tomate, cebolla) Nuggets de pollo caseros SG con ensalada de lechuga y aceitunas Pera - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Sopa vegetal de arroz Cocido completo (Garbanzo, patata, zanahoria, chorizo, pollo, ternera) Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾
LUNES	30								



Valorado nutricionalmente por Ana López Ramos, Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos y Máster en Seguridad Alimentaria.
 La fruta podrá variar en función de su grado de madurez.
 Valoración nutricional en base a niños de 6 - 9 años.
 Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: calidadynutricion@gastronomialasmurallas.es

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
9	<p>Arroz con tomate casero</p> <p>Cinta de lomo ⁽⁶⁾ con jardinera de verduras (judía verde, coliflor, guisante, zanahoria) Sandía - Agua -Pan ⁽¹⁾</p>	10	<p>Crema de zanahoria</p> <p>Merluza a la andaluza casera ^(1,3,4) con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Manzana - Agua -Pan integral ^(1,6,11)</p>	11	<p>Lentejas guisadas con verduras ⁽¹⁾</p> <p>Tortilla francesa ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Melón - Agua -Pan ⁽¹⁾</p>	12	<p>Judías verdes rehogadas con patatas y salsa de tomate casero</p> <p>Salmón al limón ⁽⁴⁾ con arroz</p> <p>Nectarina - Agua - Pan integral ^(1,6,11)</p>	13	<p>Sopa de cocido ^(1,3)</p> <p>Cocido completo (Garbanzo, patata, zanahoria, chorizo, pollo, ternera)</p> <p>Fruta - Agua - Pan ⁽¹⁾</p>
16	<p>Pisto (calabacín, berenjena, pimiento y cebolla)</p> <p>Ternera en salsa con patata asada</p> <p>Pera - Agua -Pan ⁽¹⁾</p>	17	<p>Lacitos boloñesa ^(1,3)</p> <p>Gallineta en salsa ^(4,14) con guisantes</p> <p>Plátano - Agua - Pan integral ^(1,6,11)</p>	18	<p>JORNADA GASTRONÓMICA ARGENTINA</p> <p>★ ★ Salteado de verduras con arroz</p> <p>Asado argentino con patata panadera</p> <p>Fruta - Agua - Pan integral ^(1,6,11)</p>	19	<p>Alubias blancas con chorizo</p> <p>Tortilla francesa de atún ^(3,4,14) con zanahoria</p> <p>Manzana - Agua - Pan integral ^(1,6,11)</p>	20	<p>Crema de calabaza ECO</p> <p>Nuggets de pollo caseros SG con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Plátano - Agua - Pan ⁽¹⁾</p>
23	<p>Macarrones con aceite y orégano ⁽¹⁾</p> <p>Palometa en salsa de tomate casera con jardinera (judía verde, coliflor, zanahoria, guisante)</p> <p>Melón - Agua -Pan ⁽¹⁾</p>	24	<p>Crema Vichyssoise</p> <p>Magro de cerdo estofado con quinoa</p> <p>Pera - Agua - Pan integral ^(1,6,11)</p>	25	<p>Judías pintas estofadas con verduras</p> <p>Merluza en salsa ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Nectarina - Agua -Pan ⁽¹⁾</p>	26	<p>DÍA INTERNACIONAL VEGETARIANOS</p> <p>Arroz con verduras (zanahoria, guisante, brócoli, tomate, cebolla)</p> <p>Huevos revueltos con champiñones ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Pera - Agua - Pan integral ^(1,6,11)</p>	27	<p>Sopa de cocido ^(1,3)</p> <p>Cocido completo (Garbanzo, patata, zanahoria, chorizo, pollo, ternera)</p> <p>Fruta - Agua - Pan ⁽¹⁾</p>
30	<p>Brócoli rehogado con ajo y cebolla</p> <p>Chuleta de sajonia con patatas</p> <p>Manzana - Agua -Pan ⁽¹⁾</p>								



Valorado nutricionalmente por Ana López Ramos, Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos y Máster en Seguridad Alimentaria.

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez.

Valoración nutricional en base a niños de 6 - 9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: calidadynutricion@gastronomialasmurallas.es

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
	Arroz con tomate casero Ragout de pollo con patatas Sandía - Agua - Pan ⁽¹⁾		Crema de zanahoria Merluza a la andaluza casera ^(1,3,4) con ensalada de lechuga y maíz Manzana - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Lentejas guisadas con verduras ⁽¹⁾ Tortilla francesa ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y aceitunas Melón - Agua - LECHE ECO ⁽⁷⁾ -Pan ⁽¹⁾		Judías verdes rehogadas con patatas y salsa de tomate casero Salmón al limón ⁽⁴⁾ con arroz Nectarina - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Sopa de cocido ^(1,3) Cocido completo (s/chorizo) Helado ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
	Pisto (calabacín, berenjena, pimiento y cebolla) Ternera en salsa con patata asada Pera - Agua - Pan ⁽¹⁾		Lacitos boloñesa ^(1,3) Gallineta en salsa con guisantes ^(4,14) Plátano - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		JORNADA GASTRONÓMICA ARGENTINA ★ ★ Empanadillas de atún ^(1,3,4,7,14) ★ Pavo en salsa con patata panadera Flan vainilla ^(1,3,7) - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Alubias blancas sin chorizo Tortilla francesa de atún ^(3,4,14) con zanahoria Manzana - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Crema de calabaza ECO Nuggets de pollo caseros SG con ensalada de lechuga y tomate Plátano - Agua - Pan ⁽¹⁾
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
	Macarrones con aceite y orégano ⁽¹⁾ Palometa en salsa de tomate casera con jardinera ^(4,14) (judía verde, coliflor, zanahoria, guisante) Melón - Agua - Pan ⁽¹⁾		Crema Vichyssoise Pollo en salsa con quinoa Pera - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Judías pintas estofadas con verduras Merluza en salsa ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y maíz Nectarina - Agua - Leche ECO ⁽⁷⁾ -Pan ⁽¹⁾		DÍA INTERNACIONAL VEGETARIANOS Arroz con verduras (zanahoria, guisante, brócoli, tomate, cebolla) Huevos revueltos con champiñones ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y aceitunas Pera - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Sopa de cocido ^(1,3) Cocido completo (s/chorizo) Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾
LUNES	30								



1	2	3	4	5	6	7
CONTIENE GLUTEN	CRUSTÁCEOS	HUEVOS	PESCADO	CACAHUETES	SOJA	LACTEOS
8	9	10	11	12	13	14
FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	GRANOS DE SESAMO	MOLUSCO	ALTRAMUCES	SULFITOS

Valorado nutricionalmente por Ana López Ramos, Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos y Máster en Seguridad Alimentaria.

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez.

Valoración nutricional en base a niños de 6 - 9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: calidadnutricion@gastronomialasmurallas.es