

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES												
LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13											
	Arroz con tomate casero		Crema de zanahoria		Lentejas guisadas con verduras <sup>(1)</sup>		Judías verdes rehogadas con patatas y salsa de tomate casero		Sopa de cocido <sup>(1,3)</sup>											
	Cinta de lomo <sup>(6)</sup> con jardinera de verduras (Judía verde, coliflor, guisante, zanahoria) Sandía - Agua - Pan <sup>(1)</sup>		Merluza a la andaluza casera <sup>(1,3,4)</sup> con ensalada de lechuga y maíz		Tortilla francesa <sup>(3)</sup> con ensalada de lechuga y aceitunas		Salmón al limón <sup>(4)</sup> con arroz		Cocido completo (Garbanzo, patata, zanahoria, chorizo, pollo, ternera)											
E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)												
CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA												
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27									
Pisto (calabacín, berenjena, pimiento y cebolla) Ternera en salsa con patata asada	Lacitos boloñesa <sup>(1,3)</sup> Gallineta en salsa <sup>(4,14)</sup> con guisantes	JORNADA GASTRONÓMICA ARGENTINA ★ ★ Empanadillas de atún <sup>(1,3,4,7,14)</sup> ★ Asado argentino con patata panadera	Alubias blancas con chorizo Tortilla francesa de atún <sup>(3,4,14)</sup> con zanahoria	Crema de calabaza ECO	Macarrones carbonara <sup>(1,3,7)</sup> Palometa en salsa de tomate casera <sup>(4,14)</sup> con jardinera (judía verde, coliflor, zanahoria, guisante)	Plátano - Agua - Pan integral <sup>(1,6,11)</sup>	Manzana - Agua - Pan integral <sup>(1,6,11)</sup>	Croquetas de jamón <sup>(1,2,3,4,7,14)</sup> con ensalada de lechuga y tomate	Flan vainilla <sup>(1,3,7)</sup> - Agua - Pan integral <sup>(1,6,11)</sup>	Arroz con pimientos asados	Plátano - Agua - Pan <sup>(1)</sup>	Guisantes rehogados con ajo y cebolla Pavo al horno con verduras								
E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)								
CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA								
23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7						
Macarrones carbonara <sup>(1,3,7)</sup> Palometa en salsa de tomate casera <sup>(4,14)</sup> con jardinera (judía verde, coliflor, zanahoria, guisante)	Crema Vichyssoise Magro de cerdo estofado con quinoa	Judías pintas estofadas con verduras Merluza en salsa <sup>(4)</sup> con ensalada de lechuga y maíz	DÍA INTERNACIONAL VEGETARIANOS Arroz con verduras (zanahoria, guisante, brócoli, tomate, cebolla) Huevos revueltos con champiñones <sup>(3)</sup> con ensalada de lechuga y aceitunas	Sopa de cocido <sup>(1,3)</sup> Cocido completo (Garbanzo, patata, zanahoria, chorizo, pollo, ternera)	Nectarina - Agua - Leche ECO <sup>(7)</sup> - Pan <sup>(1)</sup>	Rollitos de primavera Filete de pavo en salsa	Pera - Agua - Pan integral <sup>(1,6,11)</sup>	Ensalada de aguacate Cinta de lomo con guisantes	Yogur <sup>(7)</sup> - Agua - Pan <sup>(1)</sup>	Puré de verduras Filete de emperador	Brócoli con queso <sup>(7)</sup> Chuleta de sajonia con patatas Manzana - Agua - Pan <sup>(1)</sup>	DÍAS 11, 25: LECHE ECO DÍAS 20: CREMA DE CALABAZA ECO DÍAS 5,10,12,17,19,24,26: PAN INTEGRAL	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	GRANOS DE SESAMO	MOLUSCO	ALTRAMUCES	SULFITOS	
E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	E (Kcal) Lip (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)	
CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA



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](mailto:calidadynutricion@gastronomialasmurallas.es)