



## CEIP LA RAMBLA

MARZO

| LUNES                                                                                                                        | MARTES                                                                                                                                                  | MIÉRCOLES                                                                                                                                | JUEVES                                                                                                             | VIERNES                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2                                                                                                                            | 3                                                                                                                                                       | 4                                                                                                                                        | 5                                                                                                                  | 6                                                                                                                                                          |
| Pasta a la Carbonara<br>Tortilla francesa<br>Fruta; rebanada de pan<br>685 16%P 53%HC 31%LIP<br>1 3 6 10 7                   | Garbanzos a la riojana<br>Redondo de pavo en salsa<br>Fruta; rebanada de pan<br>640 kcal 27%% P 44%HC 29% LIP<br>1 12                                   | Arroz caldoso con verduras<br>Filete de Abadejo con salsa de tomate<br>Fruta, rebanada de pan<br>630 kcal 24%% P 52%HC 24% LIP<br>1 12 4 | Lentejas con verduras<br>Hamburguesa de ternera<br>Fruta y rebanada de pan<br>710kcal 22%% P 48%HC 30% LIP<br>1 12 | Hervido Valenciano con huevo duro<br>San Jacobo<br>Flan, rebanada de pan<br>650 kcal 22%% P %HC 29% LIP<br>1 12 3 7 4 14 2 9 6 11                          |
| 9                                                                                                                            | 10                                                                                                                                                      | 11                                                                                                                                       | 12                                                                                                                 | 13                                                                                                                                                         |
| Sopa de pollo<br>Albóndigas a la castellana<br>Fruta; rebanada de pan<br>680kcal 18%% P 50%HC 32% LIP<br>1 3 6 10 12         | Sopa de cocido<br>Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria y carne)<br>Fruta; rebanada de pan<br>740kcal 19%% P 52%HC 29% LIP<br>1 3 6 10 12 | FESTIVO                                                                                                                                  | Alubias con verduras<br>Merluza a la plancha<br>Fruta, rebanada de pan<br>635kcal 24%% P 51%HC 25% LIP<br>1 12 4   | Macarrones a la boloñesa<br>Tortilla francesa con queso<br>Yogur, rebanada de pan<br>740kcal 24%% P 49%HC 270% LIP<br>1 3 6 10 7                           |
| 16                                                                                                                           | 17                                                                                                                                                      | 18                                                                                                                                       | 19                                                                                                                 | 20                                                                                                                                                         |
| Arroz con tomate<br>Boquerón en tempura al horno<br>Fruta; rebanada de pan<br>720kcal 22%% P 53%HC 25% LIP<br>1 3 4 14 2     | Tallarines con pollo y verduras<br>Jamoncitos de pollo al horno<br>Fruta, rebanada de pan<br>700kcal 20%% P 53%HC 27% LIP<br>1 3 6 10                   | Lentejas con verduras<br>Tortilla de york<br>Fruta, rebanada de pan<br>680kcal 18%% P 54%HC 28% LIP<br>1 12 3                            | FESTIVO                                                                                                            | FESTIVO                                                                                                                                                    |
| 23                                                                                                                           | 24                                                                                                                                                      | 25                                                                                                                                       | 26                                                                                                                 | 27                                                                                                                                                         |
| Macarrones con atún y queso<br>Tortilla de calabacín<br>Fruta, rebanada de pan<br>700kcal 23%% P 51%HC 23% LIP<br>1 3 6 10 7 | Crema de calabacín con picatostes<br>Pizza de jamón de york<br>Fruta, rebanada de pan<br>720kcal 19%% P 54%HC 27% LIP<br>1 7 6 12                       | Olleata alicantina<br>Longaniza de pollo fresca plancha<br>Fruta, rebanada de pan<br>760kcal 25%% P 50%HC 25% LIP<br>1 12 6              | Paella de pollo<br>Abadejo con salsa de tomate<br>Fruta, rebanada de pan<br>710kcal 23%% P 55%HC 22% LIP<br>1 4    | Sopa de cocido<br>Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria y carne)<br>Yogur y rebanada de pan<br>740kcal 19%% P 52%HC 29% LIP<br>1 3 6 10 12 7 |
| 30                                                                                                                           | 31                                                                                                                                                      |                                                                                                                                          |                                                                                                                    |                                                                                                                                                            |
| Patatas gratinadas con queso<br>Merluza con verduras<br>Fruta, rebanada de pan<br>720kcal 21%% P 56%HC 23% LIP<br>1 12 7 4   | <b>Menú China</b><br>Arroz 3 delicias<br>Pollo con almendras<br>Fruta, rebanada de pan<br>670kcal 17%% P 58%HC 25% LIP<br>1 3 12 8                      |                                                                                                                                          |                                                                                                                    |                                                                       |

**TODOS LOS DIAS SE SERVIRA ENSALADA COMO PRIMER PLATO**





## CEIP LA RAMBLA

### MARZO Musulmán

| LUNES                                                                                                                                 | MARTES                                                                                                                                                                           | MIÉRCOLES                                                                                                                                | JUEVES                                                                                                                     | VIERNES                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2                                                                                                                                     | 3                                                                                                                                                                                | 4                                                                                                                                        | 5                                                                                                                          | 6                                                                                                                                                                                     |
| Pasta a la Carbonara <b>sin bacon</b><br>Tortilla francesa<br>Fruta; rebanada de pan<br>685 16%P 53%HC 31%LIP<br>1 3 6 10 7           | Garbanzos en salsa con pimentón<br>Redondo de pavo en salsa<br>Fruta; rebanada de pan<br>640 kcal 27%% P 44%HC 29% LIP<br>1 12                                                   | Arroz caldoso con verduras<br>Filete de Abadejo con salsa de tomate<br>Fruta, rebanada de pan<br>630 kcal 24%% P 52%HC 24% LIP<br>1 12 4 | Lentejas con verduras<br>Hamburguesa de pollo e ternera<br>Fruta y rebanada de pan<br>710kcal 22%% P 48%HC 30% LIP<br>1 12 | Hervido Valenciano con huevo duro<br><b>Pechuga de pollo a la plancha</b><br>Flan, rebanada de pan<br>650 kcal 22%% P %HC 29% LIP<br>1 3 12 7                                         |
| 9                                                                                                                                     | 10                                                                                                                                                                               | 11                                                                                                                                       | 12                                                                                                                         | 13                                                                                                                                                                                    |
| Sopa de pollo<br><b>Albóndigas de bacalao a la castellana</b><br>Fruta; rebanada de pan<br>680kcal 18%% P 50%HC 32% LIP<br>1 3 4 14 2 | Sopa de cocido <b>vegetal</b><br>Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria <b>sin carne</b> )<br>Fruta; rebanada de pan<br>740kcal 19%% P 52%HC 29% LIP<br>1 3 6 10 12 | FESTIVO                                                                                                                                  | Alubias con verduras<br>Merluza a la plancha<br>Fruta, rebanada de pan<br>635kcal 24%% P 51%HC 25% LIP<br>1 12 4           | Macarrones <b>con atún</b><br>Tortilla francesa con queso<br>Yogur, rebanada de pan<br>740kcal 24%% P 49%HC 270% LIP<br>1 3 6 10 7 4                                                  |
| 16                                                                                                                                    | 17                                                                                                                                                                               | 18                                                                                                                                       | 19                                                                                                                         | 20                                                                                                                                                                                    |
| Arroz con tomate<br>Boquerón en tempura al horno<br>Fruta; rebanada de pan<br>720kcal 22%% P 53%HC 25% LIP<br>1 3 4 14 2              | Tallarines con pollo y verduras<br>Jamoncitos de pollo al horno<br>Fruta, rebanada de pan<br>700kcal 20%% P 53%HC 27% LIP<br>1 3 6 10                                            | Lentejas con verduras<br>Tortilla <b>de queso</b><br>Fruta, rebanada de pan<br>680kcal 18%% P 54%HC 28% LIP<br>1 12 3 7                  | FESTIVO                                                                                                                    | FESTIVO                                                                                                                                                                               |
| 23                                                                                                                                    | 24                                                                                                                                                                               | 25                                                                                                                                       | 26                                                                                                                         | 27                                                                                                                                                                                    |
| Macarrones con atún y queso<br>Tortilla de calabacín<br>Fruta, rebanada de pan<br>700kcal 23%% P 51%HC 23% LIP<br>1 3 6 10 7          | Crema de calabacín con picatostes<br>Pizza margarita<br>Fruta, rebanada de pan<br>720kcal 19%% P 54%HC 27% LIP<br>1 12 9 6 7 4                                                   | Olleta alicantina<br>Longaniza de pollo fresca plancha<br>Fruta, rebanada de pan<br>760kcal 25%% P 50%HC 25% LIP<br>1 12 6               | Paella de pollo<br>Abadejo con salsa de tomate<br>Fruta, rebanada de pan<br>710kcal 23%% P 55%HC 22% LIP<br>1 4            | Sopa de cocido <b>vegetal</b><br>Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria <b>y sin carne</b> )<br>Yogur y rebanada de pan<br>740kcal 19%% P 52%HC 29% LIP<br>1 3 6 10 12 7 |
| 30                                                                                                                                    | 31                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                          |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                       |
| Patatas gratinadas con queso<br>Merluza con verduras<br>Fruta, rebanada de pan<br>720kcal 21%% P 56%HC 23% LIP<br>1 12 7 4            | <b>Menú China</b><br>Arroz 3 delicias<br>Pollo con almendras<br>Fruta, rebanada de pan<br>670kcal 17%% P 58%HC 25% LIP<br>1 3 12 8                                               |                                                                                                                                          |                                                                                                                            |                                                                                                  |

**TODOS LOS DIAS SE SERVIRA ENSALADA COMO PRIMER PLATO**





## CEIP LA RAMBLA

MARZO sin carne

| LUNES                                                                                                                             | MARTES                                                                                                                                                                                 | MIÉRCOLES                                                                                                                                | JUEVES                                                                                                           | VIERNES                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2                                                                                                                                 | 3                                                                                                                                                                                      | 4                                                                                                                                        | 5                                                                                                                | 6                                                                                                                                                                                  |
| Pasta a la Carbonara <i>sin bacon</i><br>Tortilla francesa<br>Fruta; rebanada de pan<br>685 16%P 53%HC 31%LIP<br>1 3 6 10 7       | Garbanzos en salsa con pimentón<br>Hamburguesa vegetal<br>Fruta; rebanada de pan<br>640 kcal 27%% P 44%HC 29% LIP<br>1 12                                                              | Arroz caldoso con verduras<br>Filete de Abadejo con salsa de tomate<br>Fruta, rebanada de pan<br>630 kcal 24%% P 52%HC 24% LIP<br>1 12 4 | Lentejas con verduras<br>Hamburguesa vegetal<br>Fruta y rebanada de pan<br>710kcal 22%% P 48%HC 30% LIP<br>1 12  | Hervido Valenciano con atún<br>Tortilla francesa<br>Flan, rebanada de pan<br>650 kcal 22%% P %HC 29% LIP<br>1 3 4 7                                                                |
| 9                                                                                                                                 | 10                                                                                                                                                                                     | 11                                                                                                                                       | 12                                                                                                               | 13                                                                                                                                                                                 |
| Sopa de verduras<br>Albóndigas de bacalao a la castellana<br>Fruta; rebanada de pan<br>680kcal 18%% P 50%HC 32% LIP<br>1 3 14 2 4 | Sopa de cocido vegetal<br>Complemento de cocido <i>sin carne</i> (garbanzos, patata, zanahoria)<br>Fruta; rebanada de pan<br>740kcal 19%% P 52%HC 29% LIP<br>1 3 6 10 12               | FESTIVO                                                                                                                                  | Alubias con verduras<br>Merluza a la plancha<br>Fruta, rebanada de pan<br>635kcal 24%% P 51%HC 25% LIP<br>1 12 4 | Macarrones <i>con atún</i><br>Tortilla francesa con queso<br>Yogur, rebanada de pan<br>740kcal 24%% P 49%HC 270% LIP<br>1 3 6 10 7 4                                               |
| 16                                                                                                                                | 17                                                                                                                                                                                     | 18                                                                                                                                       | 19                                                                                                               | 20                                                                                                                                                                                 |
| Arroz con tomate<br>Boquerón en tempura al horno<br>Fruta; rebanada de pan<br>720kcal 22%% P 53%HC 25% LIP<br>1 3 4 14 2          | Tallarines con verduras<br>Hamburguesa vegetal<br>Fruta, rebanada de pan<br>700kcal 20%% P 53%HC 27% LIP<br>1 3 6 10                                                                   | Lentejas con verduras<br>Tortilla <i>de queso</i><br>Fruta, rebanada de pan<br>680kcal 18%% P 54%HC 28% LIP<br>1 12 3                    | FESTIVO                                                                                                          | FESTIVO                                                                                                                                                                            |
| 23                                                                                                                                | 24                                                                                                                                                                                     | 25                                                                                                                                       | 26                                                                                                               | 27                                                                                                                                                                                 |
| Macarrones con atún y queso<br>Tortilla de calabacín<br>Fruta, rebanada de pan<br>700kcal 23%% P 51%HC 23% LIP<br>1 3 6 10 7      | Crema de calabacín con picatostes<br>Pizza Margarita<br>Fruta, rebanada de pan<br>720kcal 19%% P 54%HC 27% LIP<br>1 7 6 12                                                             | Olleta alicantina<br>Queso fresco plancha<br>Fruta, rebanada de pan<br>760kcal 25%% P 50%HC 25% LIP<br>1 12 7                            | Paella de pollo<br>Abadejo con salsa de tomate<br>Fruta, rebanada de pan<br>710kcal 23%% P 55%HC 22% LIP<br>1 4  | Sopa de <i>cocido vegetal</i><br>Complemento de cocido <i>sin carne</i> (garbanzos, patata, zanahoria)<br>Yogur y rebanada de pan<br>740kcal 19%% P 52%HC 29% LIP<br>1 3 6 10 12 7 |
| 30                                                                                                                                | 31                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                          |                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                    |
| Patatas gratinadas con queso<br>Merluza con verduras<br>Fruta, rebanada de pan<br>720kcal 21%% P 56%HC 23% LIP<br>1 12 7 4        | <b>Menú China</b><br>Arroz 3 delicias <i>sin jamón york</i><br>Wok de verduras con almendras con salsa de soja<br>Fruta, rebanada de pan<br>670kcal 17%% P 58%HC 25% LIP<br>1 3 12 8 6 |                                                                                                                                          |                                                                                                                  |                                                                                               |

**TODOS LOS DIAS SE SERVIRA ENSALADA COMO PRIMER PLATO**





## CEIP LA RAMBLA

MARZO **sin gluten**

| LUNES                                                                                                                                                                 | MARTES                                                                                                                                                                                           | MIÉRCOLES                                                                                                                                                     | JUEVES                                                                                                                              | VIERNES                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2                                                                                                                                                                     | 3                                                                                                                                                                                                | 4                                                                                                                                                             | 5                                                                                                                                   | 6                                                                                                                                                                                                  |
| Pasta ( <b>sin gluten</b> ) a la Carbonara<br>Tortilla francesa<br>Fruta; rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>685 16%P 53%HC 31%LIP<br>3 6 10 7                   | Garbanzos a la riojana<br>Muslo de pollo a la plancha<br>Fruta; rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>640 kcal 27%% P 44%HC 29% LIP<br>12                                                      | Arroz caldoso con verduras<br>Filete de Abadejo con salsa de tomate<br>Fruta, rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>630 kcal 24%% P 52%HC 24% LIP<br>12 4   | Arroz con verduras<br>Hamburguesa de ternera<br>Fruta y rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>710kcal 22%% P 48%HC 30% LIP<br>12  | Hervido Valenciano con 1 lata de atún<br>Tortilla francesa<br>Flan, rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>650 kcal 22%% P %HC 29% LIP<br>12 3 7 4                                                |
| 9                                                                                                                                                                     | 10                                                                                                                                                                                               | 11                                                                                                                                                            | 12                                                                                                                                  | 13                                                                                                                                                                                                 |
| Sopa ( <b>sin gluten</b> ) de pollo<br>Lomo de cerdo a la plancha<br>Fruta; rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>680kcal 18%% P 50%HC 32% LIP<br>3 6 10 12         | Sopa( <b>sin gluten</b> ) de cocido<br>Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria y carne)<br>Fruta; rebanada de pan ( <b>sin gluten</b> )<br>740kcal 19%% P 52%HC 29% LIP<br>3 6 10 12 | FESTIVO                                                                                                                                                       | Alubias con verduras<br>Merluza a la plancha<br>Fruta, rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>635kcal 24%% P 51%HC 25% LIP<br>12 4 | Macarrones( <b>sin gluten</b> ) a la boloñesa<br>Tortilla francesa con queso<br>Yogur, rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>740kcal 24%% P 49%HC 270% LIP<br>3 6 10 7                           |
| 16                                                                                                                                                                    | 17                                                                                                                                                                                               | 18                                                                                                                                                            | 19                                                                                                                                  | 20                                                                                                                                                                                                 |
| Arroz con tomate<br>Lomo de salmón a la plancha<br>Fruta; rebanada de pan ( <b>sin gluten</b> )<br>720kcal 22%% P 53%HC 25% LIP<br>3 4 14 2                           | Tallarines( <b>sin gluten</b> ) con pollo y verduras<br>Jamoncitos de pollo al horno<br>Fruta, rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>700kcal 20%% P 53%HC 27% LIP<br>3 6 10                    | Arroz con verduras<br>Tortilla de york<br>Fruta, rebanada de pan ( <b>sin gluten</b> )<br>680kcal 18%% P 54%HC 28% LIP<br>12 3                                | FESTIVO                                                                                                                             | FESTIVO                                                                                                                                                                                            |
| 23                                                                                                                                                                    | 24                                                                                                                                                                                               | 25                                                                                                                                                            | 26                                                                                                                                  | 27                                                                                                                                                                                                 |
| Macarrones ( <b>sin gluten</b> ) con atún y queso<br>Tortilla de calabacín<br>Fruta, rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>700kcal 23%% P 51%HC 23% LIP<br>3 6 10 7 | Crema de calabacín con picatostes ( <b>sin gluten</b> )<br>Panini con pan sin gluten con queso<br>Fruta, rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>720kcal 19%% P 54%HC 27% LIP<br>7 6 12          | Olleta de legumbres con arroz sin lentejas<br>Pechuga de pollo plancha<br>Fruta, rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>760kcal 25%% P 50%HC 25% LIP<br>12 6 | Paella de pollo<br>Abadejo con salsa de tomate<br>Fruta, rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>710kcal 23%% P 55%HC 22% LIP<br>4  | Sopa( <b>sin gluten</b> ) de cocido<br>Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria y carne)<br>Yogur y rebanada de pan( <b>sin gluten</b> )<br>740kcal 19%% P 52%HC 29% LIP<br>3 6 10 12 7 |
| 30                                                                                                                                                                    | 31                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                    |
| Patatas gratinadas con queso<br>Merluza con verduras<br>Fruta, rebanada de pan ( <b>sin gluten</b> )<br>720kcal 21%% P 56%HC 23% LIP<br>12 7 4                        | <b>Menú China</b><br>Arroz 3 delicias<br>Pollo con almendras<br>Fruta, rebanada de pan ( <b>sin gluten</b> )<br>670kcal 17%% P 58%HC 25% LIP<br>3 12 8                                           |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                     |                                                                                                               |

**TODOS LOS DIAS SE SERVIRÁ ENSALADA COMO PRIMER PLATO**





# CEIP LA RAMBLA

MARZO sin proteína de la vaca

| LUNES                                                                                                              | MARTES                                                                                                                                                              | MIÉRCOLES                                                                                                                                | JUEVES                                                                                                           | VIERNES                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2                                                                                                                  | 3                                                                                                                                                                   | 4                                                                                                                                        | 5                                                                                                                | 6                                                                                                                                                                   |
| Pasta con tomate<br>Tortilla francesa<br>Fruta; rebanada de pan<br>685 16%P 53%HC 31%LIP<br>1 3 6 10               | Garbanzos en salsa con pimentón<br>Pechuga de pollo a la plancha<br>Fruta; rebanada de pan<br>640 kcal 27% P 44%HC 29% LIP<br>1 12                                  | Arroz caldoso con verduras<br>Filete de Abadejo con salsa de tomate<br>Fruta, rebanada de pan<br>630 kcal 24%% P 52%HC 24% LIP<br>1 12 4 | Lentejas con verduras<br>Pechuga de pollo<br>Fruta y rebanada de pan<br>710kcal 22%% P 48%HC 30% LIP<br>1 12     | Hervido Valenciano con atún<br>Tortilla francesa<br>Fruta , rebanada de pan<br>650 kcal 22% P %HC 29% LIP<br>1 3 4                                                  |
| 9                                                                                                                  | 10                                                                                                                                                                  | 11                                                                                                                                       | 12                                                                                                               | 13                                                                                                                                                                  |
| Sopa de pollo<br>Pechuga de pollo<br>Fruta; rebanada de pan<br>680kcal 18%% P 50%HC 32% LIP<br>1 3 6 10 12         | Sopa de cocido vegetal<br>Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria y sin carne)<br>Fruta; rebanada de pan<br>740kcal 19%% P 52%HC 29% LIP<br>1 3 6 10 12 | FESTIVO                                                                                                                                  | Alubias con verduras<br>Merluza a la plancha<br>Fruta, rebanada de pan<br>635kcal 24%% P 51%HC 25% LIP<br>1 12 4 | Macarrones con tomate<br>Tortilla francesa<br>Fruta rebanada de pan<br>740kcal 24% P 49%HC 270% LIP<br>1 3 6 10                                                     |
| 16                                                                                                                 | 17                                                                                                                                                                  | 18                                                                                                                                       | 19                                                                                                               | 20                                                                                                                                                                  |
| Arroz con tomate<br>Lomo de salmon<br>Fruta; rebanada de pan<br>720kcal 22%% P 53%HC 25% LIP<br>1 3 4 14 2         | Tallarines con pollo y verduras<br>Jamoncitos de pollo al horno<br>Fruta, rebanada de pan<br>700kcal 20%% P 53%HC 27% LIP<br>1 3 6 10                               | Lentejas con verduras<br>Tortilla francesa<br>Fruta, rebanada de pan<br>680kcal 18%% P 54%HC 28% LIP<br>1 12 3                           | FESTIVO                                                                                                          | FESTIVO                                                                                                                                                             |
| 23                                                                                                                 | 24                                                                                                                                                                  | 25                                                                                                                                       | 26                                                                                                               | 27                                                                                                                                                                  |
| Macarrones con atún<br>Tortilla de calabacín<br>Fruta, rebanada de pan<br>700kcal 23%% P 51%HC 23% LIP<br>1 3 6 10 | Crema de calabacín con picatostes<br>Pasta con tomate y huevo duro<br>Fruta, rebanada de pan<br>720kcal 19% P 54%HC 27% LIP<br>1 6 12 3                             | Olleta alicantina<br>Pechuga de pollo plancha<br>Fruta, rebanada de pan<br>760kcal 25% P 50%HC 25% LIP<br>1 12                           | Paella de pollo<br>Abadejo con salsa de tomate<br>Fruta, rebanada de pan<br>710kcal 23%% P 55%HC 22% LIP<br>1 4  | Sopa de cocido vegetal<br>Complemento de cocido (garbanzos, patata, zanahoria y sin carne)<br>Fruta y rebanada de pan<br>740kcal 19% P 52%HC 29% LIP<br>1 3 6 10 12 |
| 30                                                                                                                 | 31                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                          |                                                                                                                  |                                                                                                                                                                     |
| Patatas al horno<br>Merluza con verduras<br>Fruta, rebanada de pan<br>720kcal 21% P 56%HC 23% LIP<br>1 12 4        | Menú china<br>Arroz 3 delicias<br>Pollo con almendras<br>Fruta, rebanada de pan<br>670kcal 17% P 58%HC 25% LIP<br>1 3 12 8                                          |                                                                                                                                          |                                                                                                                  |                                                                                |

**TODOS LOS DIAS SE SERVIRA ENSALADA COMO PRIMER PLATO**

