

<p>POURRUSALDA (Patata <i>ecológica</i>, puerro, cebolla) TERNERA EN SALSA CON ZANAHORIAS Y GUISANTES COCIDOS</p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 641KCAL HC.: 84.1G PROT.: 25.3G LÍPIDOS: 22.3G</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p>POTAJE DE JUDÍAS BLANCAS (alubias, patata <i>ecológica</i> y hortalizas) MERLUZA AL HORNO CON ENSALDA IV ESTACIONES </p> <p>PAN FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 663 KCAL HC.: 87.3G PROT.: 26.4G LÍPIDOS: 24.2G</p> <p style="text-align: right;">6</p>	<p>ARROZ CALDOSO CON POLLO (guiso de arroz, pollo, hortalizas) HUEVO COCIDO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MAIZ Y ACEITUNAS </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 649 KCAL HC.: 90.5G PROT.: 24.6G LÍPIDOS: 23.9G</p> <p style="text-align: right;">7</p>	<p>CAZUELA DE FIDEOS (guiso de fideos, patatas, merluza) <i>pasta ecológica</i> ATUN EMPANADO CON PISTO DE VERDURAS (patatas, tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) </p> <p>(trazas)</p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 688 KCAL HC.: 97.3G PROT.: 24.6G LÍPIDOS: 23.7G</p> <p style="text-align: right;">8</p>	<p>COCIDO ANDALUZ (garbanzos, patata <i>ecológica</i> y hortalizas) TORTILLA FRANCESA/ENSALADA IV ESTACIONES. </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 655 KCAL HC.: 83G PROT.: 23.6G LÍPIDOS: 25.9G</p> <p style="text-align: right;">9</p>
<p>MACARRONES CON TOMATE Trazas </p> <p>MERLUZA EMPANADA CON BROCOLI COCIDO</p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 669KCAL HC.: 83.1G PROT.: 26.7G LÍPIDOS: 24.9G</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>POTAJE DE LENTEJAS (Lentejas, patata <i>ecológica</i> y hortalizas) TORTILLA DE PATATAS/ MENESTRA DE VERDURAS(Judías verdes, zanahoria, guisantes). </p> <p>PAN INTEGRAL. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 696 KCAL HC.: 87G PROT.: 24.1G LÍPIDOS: 26.2G</p> <p style="text-align: right;">13</p>	<p>POTAJE DE ALUBIAS ESTOFADAS (alubias, patata <i>ecológica</i> y hortalizas) QUESO CON ENSALADA IV ESTACIONES, PEPINO </p> <p>PAN. YOGUR. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 658 KCAL HC.: 85.2G PROT.: 24.9G LÍPIDOS: 24G</p> <p style="text-align: right;">14</p>	<p>CREMA DE PATATA Y ZANAHORIA (patatas <i>ecológicas</i>, puerro, zanahoria) CAZON AL HORNO CON PISTO (tomate, patata <i>ecológica</i>, berenjena, calabacín, pimiento, cebolla) </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 628 KCAL HC.: 81.2G PROT.: 25.1G LÍPIDOS: 23. G</p> <p style="text-align: right;">15</p>	<p>SOPA DE ARROZ JAMONCITOS DE POLLO CON ENSALADA IV ESTACIONES</p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 627 KCAL HC.: 83.7G PROT.: 22.7G LÍPIDOS: 23.6G</p> <p style="text-align: right;">16</p>
<p>PAELLA DE VERDURAS (arroz, judías verdes, zanahorias, cebolla, pimiento) MERLUZA AL HORNO/JUDIAS VERDES</p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 707 KCAL. HC: 98G PROT.: 25G LÍPIDOS: 24.9G</p> <p style="text-align: right;">19</p>	<p>SOPA DE FIDEOS LOMO ASADO CON ARROZ PILAF</p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 633 KCAL HC.: 83.8G PROT.: 22.3G LÍPIDOS: 23.5G</p> <p style="text-align: right;">20</p>	<p>POTAJE DE GARBANZOS (garbanzos, patata <i>ecológica</i> y hortalizas) HUEVO COCIDO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ. </p> <p>AGUA.PAN INTEGRAL. FRUTA </p> <p>ENERGÍA: 658 KCAL HC.: 85.4G PROT.: 25G LÍPIDOS: 24.2G</p> <p style="text-align: right;">21</p>	<p>CREMA DE VERDURAS (calabacín, patata, judía verde, espinacas, tomate, puerro) RAGOUT DE PAVO CON PATATAS COCIDAS</p> <p>PAN. YOGUR. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 618 KCAL HC.: 81.7G PROT.: 25.7G LÍPIDOS: 22.7G</p> <p style="text-align: right;">22</p>	<p>LENTEJAS CON VERDURA (Lentejas, patatas <i>ecológicas</i>, judías verdes, zanahoria)</p> <p>AGUJA EN SALSA DE TOMATE CON PATATAS COCIDAS </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 638 KCAL HC.: 85G PROT.: 22.7G LÍPIDOS: 21.7G</p> <p style="text-align: right;">23</p>
<p>PATATAS CON MERLUZA A LA GALLEGA (guisado con guisantes, ajo, cebolla y pimentón) TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA IV ESTACIONES. </p> <p>PAN.FRUTA AGUA </p> <p>ENERGÍA: 638 KCAL HC.: 88G PROT.: 20.4G LÍPIDOS: 22.4G</p> <p style="text-align: right;">26</p>	<p>CREMA DE CALABAÍN (Calabacín, puerro, cebolla, patata <i>ecológica</i>) JAMONCITOS DE POLLO CON PATATAS COCIDAS</p> <p>PAN. YOGUR. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 639 KCAL HC.: 95.1G PROT.: 25.3G LÍPIDOS: 22.3G</p> <p style="text-align: right;">27</p>	<p>FESTIVO: MENÚ RECOMENDADO COCIDO ANDALUZ (garbanzos, patatas, hortalizas) HAMBURGUESA DE TERNERA CON PISTO DE VERDURAS </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 624 KCAL HC.: 80.7G PROT.: 26.1G LÍPIDOS: 23.2G</p> <p style="text-align: right;">28</p>	<p>POTAJE DE LENTEJAS (Lentejas, patatas, hortalizas) MERLUZA AL HORNO CON JUDIAS VERDES </p> <p>PAN. FRUTA. AGUA </p> <p>ENERGÍA: 653 KCAL HC.: 85.1G PROT.: 25.6G LÍPIDOS: 26.5G</p> <p style="text-align: right;">01</p>	<p>ESPIRALES CON TOMATE Y ATUN QUESO CON ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, TOMATE, MAIZ </p> <p>PAN INTEGRAL. FRUTA.AGUA </p> <p>ENERGÍA: 694 KCAL HC.:81.4G PROT.: 26.2G LÍPIDOS: 23.3G</p> <p style="text-align: right;">02</p>

El menú basal no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias. Atendiendo al RD1169/2011, pueden solicitar al personal de la empresa la información de los alérgenos. A fin de garantizar un adecuado servicio de comedor se ruega, que los padres informen siempre y de la forma más detallada posible tanto a la empresa de comedor como al centro escolar, de las alergias y/o intolerancias de su hijo/a. Catering ibagar. *Según temporada la pieza de fruta será de temporada, fruta ecológica: manzana, mandarina, pera, ciruela, naranja y plátano.*

