



**Menú:** Sin huevo

**Mes:** SEPTIEMBRE S1 (06/09 al 10/09)



**ALMUERZO**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
NO LECTIVO	<p>Crema de puerro</p> <p>Pollo asado</p> <p>Guarnición de Patatas fritas</p> <p>Manzana o Yogur de sabores</p>	<p>Sopa de pollo con pasta sin huevo</p> <p>Hamburguesa de ternera</p> <p>Guarnición de judía verde con patata</p> <p>Plátano</p>	<p>Pasta con tomate y queso</p> <p>Merluza a la andaluza casera sin huevo</p> <p>Guarnición de menestra de verduras</p> <p>Naranja</p>	<p>Arroz con tomate</p> <p>Lomo al ajillo</p> <p>Guarnición de ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Pera</p>
	<p>601 Kcal</p> <p>19 g Proteína</p> <p>41.5 g Hidratos de carbono</p> <p>28.1 g Lípidos</p>	<p>598.5 Kcal</p> <p>20 g Proteína</p> <p>53.4 g Hidratos de carbono</p> <p>23 g Lípidos</p>	<p>640.6 Kcal</p> <p>28.6 g Proteína</p> <p>69 g Hidratos de carbono</p> <p>27.9 g Lípidos</p>	<p>609.8 Kcal</p> <p>26.3 g Proteína</p> <p>71.1 g Hidratos de carbono</p> <p>24.4 g Lípidos</p>

**Observaciones:**

Valores nutricionales calculados para ración media para edad entre 8 y 12 años, sin contar el pan  
 La bebida será el agua y todos los menús irán acompañados de pan (no contemplado en la valoración nutricional de cada menú)  
 La fruta es obligatoria, el lácteo cuando lo haya es voluntario. La fruta puede variar según disponibilidad y/o grado de maduración.



**Menú:** Sin huevo

**Mes:** SEPTIEMBRE S2 (13/09 al 17/09)

## ALMUERZO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Lomo a la plancha</p> <p>Guarnición de ensalada de tomate</p>	<p>Pasta sin gluten con boloñesa casera</p> <p>Pollo a la plancha</p> <p>Guarnición de judía verde con ajitos</p> <p>Plátano</p>	<p>Sopa de cocido con pasta sin gluten</p> <p>Cocido completo</p> <p>Guarnición de ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Naranja</p>	<p>Arroz con tomate</p> <p>Limanda a la andaluza casera sin huevo</p> <p>Guarnición de ensalada de lechuga y olivas</p> <p>Manzana o yogur de sabores</p>	<p>Puré de verduras</p> <p>Albóndigas de ternera caseras sin huevo</p> <p>Guarnición de patatas al horno</p> <p>Plátano</p>
<p>565 Kcal 23.2 g Proteína 29.9 g Hidratos de carbono 28.1 g Lípidos</p>	<p>701.3 Kcal 22.4 g Proteína 65.5 g Hidratos de carbono 27 g Lípidos</p>	<p>610.9 Kcal 29.1 g Proteína 52.3 g Hidratos de carbono 23.9 g Lípidos</p>	<p>635.4 Kcal 19.3 g Proteína 77.8 g Hidratos de carbono 27.2 g Lípidos</p>	<p>648.6 Kcal 15.6 g Proteína 62.9 g Hidratos de carbono 36 g Lípidos</p>

### Observaciones:

Valores nutricionales calculados para ración media para edad entre 8 y 12 años, sin contar el pan.  
La bebida será el agua y todos los menús irán acompañados de pan (no contemplado en la valoración nutricional de cada menú).  
La fruta es obligatoria, el lácteo cuando lo haya es voluntario. La fruta puede variar según disponibilidad y/o grado de maduración.



**Menú:** Sin huevo

**Mes:** SEPTIEMBRE S3 (20/09 al 24/09)

## ALMUERZO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Salchichas frescas al horno</p> <p>Guarnición de champiñón salteado</p> <p>Naranja o yogur de sabores</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Pavo al limón</p> <p>Guarnición de patatas al horno</p> <p>Plátano</p>	<p>Arroz con tomate</p> <p>Merluza a la andaluza casero</p> <p>Guarnición de ensalada de lechuga y olivas</p> <p>Manzana</p>	<p>Lentejas estofadas</p> <p>Lomo al ajillo</p> <p>Guarnición de ensalada de tomate</p> <p>Pera</p>	<p>Pasta con tomate</p> <p>Pollo a la plancha</p> <p>Guarnición de ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Plátano</p>
<p>561.6Kcal 20.5 g Proteína 41.7 g Hidratos de carbono 28.5 g Lípidos</p>	<p>542.2 Kcal 26.9 g Proteína 43.6 g Hidratos de carbono 28 g Lípidos</p>	<p>635 Kcal 19.3 g Proteína 77.3 g Hidratos de carbono 27.2 g Lípidos</p>	<p>567 Kcal 38.8 g Proteína 56.1 g Hidratos de carbono 21 g Lípidos</p>	<p>675.9 Kcal 25.7 g Proteína 74.2 g Hidratos de carbono 30.7 g Lípidos</p>

### Observaciones:

Valores nutricionales calculados para ración media para edad entre 8 y 12 años, sin contar el pan.  
La bebida será el agua y todos los menús irán acompañados de pan (no contemplado en la valoración nutricional de cada menú).  
La fruta es obligatoria, el lácteo cuando lo haya es voluntario. La fruta puede variar según disponibilidad y/o grado de maduración.



**Menú:** Sin huevo

**Mes:** SEPTIEMBRE S4 (27/09 al 30/09)

## ALMUERZO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Sopa de pollo con pasta Lomo a la plancha Guarnición de ensalada de lechuga y maíz Plátano	Puré calabaza y zanahoria Hamburguesa de ternera Guarnición de patatas fritas Manzana	Pasta con tomate Perca a la andaluza casera Guarnición de ensalada de tomate Pera	Patatas con magro Pavo a la plancha Guarnición de ensalada de lechuga y olivas Naranja	
568.3Kcal 27.1 g Proteína 45 g Hidratos de carbono 20.3 g Lípidos	568.7 Kcal 16.3 g Proteína 44.7 g Hidratos de carbono 36.1 g Lípidos	636.5 Kcal 26.3 g Proteína 70.8 g Hidratos de carbono 27.6 g Lípidos	556.4 Kcal 31.8 g Proteína 48.5 g Hidratos de carbono 30.4 g Lípidos	

### Observaciones:

Valores nutricionales calculados para ración media para edad entre 8 y 12 años, sin contar el pan.  
La bebida será el agua y todos los menús irán acompañados de pan (no contemplado en la valoración nutricional de cada menú).  
La fruta es obligatoria, el lácteo cuando lo haya es voluntario. La fruta puede variar según disponibilidad y/o grado de maduración.