

COLEGIO SAN VIATOR OCTUBRE - 2025



				V
LUNES 29	MARTES 30	MIERCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
		Lentejas al estilo casero con zanahoria y cebolla	Tallarines con tomate y bacon	Acelgas con patata, zanahoria y Yo
		Zariarioria y Cebolia	Ø0 00 0	20 0
		Muslo de pollo asado en su jugo con	Salchichas frescas de pollo con	Merluza a la romana con ensalada
		lechuga	lechuga	lechuga y tomate
		(i)		
		Yogur de sabores	Fruta fresca	Fruta fresca
		0		
		Pan integral	Pan	Pan integral
			T dil	T dil integral
ergia: 593 kcal . Lipidos: 31,0 g . Ácidos Grasos Satur	ados: 5,5 g . Hidratos de carbono: 48,9 g . Azúcares: 14,1 g . Proteinas: 25,3 g .	. Sal: 1,7 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la	a alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	s con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
ergia: 856 kcal . Lipidos: 45,6 g . Ácidos Grasos Satura ergia: 1.062 kcal . Lipidos: 59,4 g . Ácidos Grasos Satu	ados: 5,5 g . Hidratos de carbono: 48,9 g . Azúcares: 14,1 g . Proteinas: 25,3 g . ados: 7,8 g . Hidratos de carbono: 69,6 g . Azúcares: 18,2 g . Proteinas: 35,5 g . urados: 10,1 g . Hidratos de carbono: 79,9 g . Azúcares: 19,2 g . Proteinas: 44,5	. Sal: 2,6 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la 5 g . Sal: 3,3 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobr	a alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años e la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 a	s con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. iños con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
LUNES 6	MARTES 7	MIERCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
Macarrones con tomate, chor	rizo y Judías verdes con patata y zanaho	Garbanzos al estilo casero con	Arroz a la jardinera con paleta cocida	Crema de verduras (judia
jamón York		zanahoria, cebolla y ajo	20600	verde,calabacin,puerro)
Rape en salsa verde (guisa	nte. Filete ruso casero de cerdo en sals	sa l	Tortilla francesa con lechuga v	
cebolla, ajo)	de tomate	Jamoncito de pollo asado con lechuga	zanahoria	Merluza a la vizcaina con pimiento
	₿€₽0 ®●	ॐ	<u>∽</u>	
Fruta fresca	Fruta fresca	Yogur de sabores	Fruta fresca	Fruta fresca
		n		
				_
Pan	Pan integral	Pan	Pan integral	Pan
				3
rgia: 721 kcal . Lipidos: 44,8 g . Ácidos Grasos Satura rgia: 993 kcal . Lipidos: 59,6 g . Ácidos Grasos Satura rgia: 1,269 kcal . Lipidos: 82,0 g . Ácidos Grasos Satura	ados: 8,1 g. Hidratos de carbono: 52,4 g. Azúcares: 14,7 g. Proteinas: 23,3 g. ados: 11,1 g. Hidratos de carbono: 75,8 g. Azúcares: 19,8 g. Proteinas: 33,4 g. arados: 14,9 g. Hidratos de carbono: 86,4 g. Azúcares: 21,0 g. Proteinas: 40,6	. Sal; 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la g. Sal: 4,0 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre 6 g. Sal: 4,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobr	a alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 año e la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 a	s con recomendaciones de 2,279 Kcal/día, os con recomendaciones de 2,279 Kcal/día, uños con recomendaciones de 2,279 Kcal/día.
LUNES 13	MARTES 14	MIERCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
LUNES 13			30EVE3 10	VILITINES 17
DIA FESTIVO	Puré de judía verde, zanahoria y patata	Lentejas guisadas con chorizo y jamón	Acelgas rehogadas con jamón York	Macarrones gratinados con bacor
			20○	90208
	Filete de pollo al ajillo con pimiento	Tortilla de patata con lechuga	Jamoncito de pollo asado con	Bacalao al horno con ensalada de
	rojos	·	ensalada de lechuga y maíz	lechuga y zanahoria
		<u>()</u> (∅)	39	
	Fruta fresca	Yogur de sabores	Fruta fresca	Fruta fresca
		0		
	Pan integral	Pan	Pan integral	Pan
ergia: 373 kcal . Lipidos: 14,6 g . Ácidos Grasos Satur				s con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
	ados: 2,9 g . Hidratos de carbono: 40,2 g . Azúcares: 11,2 g . Proteinas: 16,9 g .	. Sal: 1,7 g Valoración calculada segun Documento de Consenso sobre la		
ergia: 530 kcal . Lipidos: 20,3 g . Ácidos Grasos Satur. ergia: 622 kcal . Lipidos: 24,8 g . Ácidos Grasos Satur.	ados: 2,9 g . Hidratos de carbono: 40,2 g . Azúcares: 11,2 g . Proteinas: 16,9 g ados: 4,0 g . Hidratos de carbono: 58,8 g . Azúcares: 14,8 g . Proteinas: 23,7 g ados: 5,0 g . Hidratos de carbono: 65,8 g . Azúcares: 15,5 g . Proteinas: 28,8 g	. Sal: 1,4 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la . Sal: 2,4 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la . Sal: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la		s con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
ergia: 530 kcal . Lipidos: 20,3 g . Ácidos Grasos Satura ergia: 622 kcal . Lipidos: 24,8 g . Ácidos Grasos Satura LUNES 20	ados: 2,9 g , Hidratos de carbono: 40,2 g , Azicares: 11,2 g , Proteínas: 16,9 g , dos: 4,0 g , Hidratos de carbono: 58,8 g , Azicares: 14,8 g , Proteínas: 23,7 g , dos: 5,0 g , Hidratos de carbono: 55,8 g , Azicares: 15,5 g , Proteínas: 28,8 g . MARTES 21	. 33 7 g - 1 Valoration calculate seguin bocumento de Consenso sobre la 531 2 g - 2 Valoration calculate segui bocumento de Consenso sobre la 531 2 g - 3 Valoration calculate seguin bocumento de Consenso sobre la MIERCOLES 22	a dimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años a dimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años JUEVES 23	VIERNES 24
LUNES 20 Espaguettis con tomate y ca	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin,	JUEVES 23	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor
LUNES 20 Espaguettis con tomate y capicada de cerdo	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano	MIERCOLES 22		VIERNES 24
LUNES 20 Espaguettis con tomate y capicada de cerdo	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla	JUEVES 23 Arroz con tomate	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla
LUNES 20 Espaguettis con tomate y capicada de cerdo	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con Pechuga de pollo a la plancha con	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla	JUEVES 23 Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla
LUNES 20 Espaguettis con tomate y capicada de cerdo	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con Pechuga de pollo a la plancha con	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla	JUEVES 23 Arroz con tomate	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co
Espaguettis con tomate y capicada de cerdo	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos
Espaguettis con tomate y capicada de cerdo	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con Pechuga de pollo a la plancha con	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores	JUEVES 23 Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos
Espaguettis con tomate y capicada de cerdo	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con horia Pechuga de pollo a la plancha cor rodaja de tomate natural Fruta fresca	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca
Espaguettis con tomate y ca picada de cerdo	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos
Espaguettis con tomate y capicada de cerdo considerativa de cerdo considerativa de la la romana ensalada de lechuga y zanal considerativa de la fresca	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con horia Pechuga de pollo a la plancha cor rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca
Espaguettis con tomate y capicada de cerdo icada de cerdo icada de cerdo icada de lechuga y zanal icada de lechuga y z	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con horia Pechuga de pollo a la plancha cor rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca
Espaguettis con tomate y capicada de cerdo picada de cerdo illiano de cerdo illiano de lechuga y zanal	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con horia Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan Pan Sal: 2,3 8 Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la sal: 3,5 8 Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la sal: 3,5 8 Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la sal: 3,5 8 Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la sal: 3,5 8 Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la salida se	JUEVES 23 Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca Pan Pan Con recomendaciones de 2.279 Kalidia. con recomendaciones de 2.279 Kalidia.
Espaguettis con tomate y ca picada de cerdo picada de cerdo picada de cerdo picada de lechuga y zanal ensalada de lechuga y zanal Fruta fresca Pan Pan Papa: 493 kall. Lipido: 18.0 g. Acidos Grasos Saturi (1912 kall. Lipido: 23.8 g. Acidos Grasos Saturi (1912 kall. Lipido: 21.6 g	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral Pan integral Addicts 5, 1, Midratos de carbono: 53, 9, Addicares: 13, 5, Proteinas: 17, 5, MARTES 28	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan	JUEVES 23 Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral Pan integral JUEVES 30	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca Pan Pan VIERNES 31
Espaguettis con tomate y capicada de cerdo picada de cerdo picada de cerdo picada de la romana ensalada de lechuga y zanal Fruta fresca Pan Pan Pan LUNES 27 Lentejas al estilo casero co	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral Pan integral Addicts 5, 1, Midratos de carbono: 53, 9, Addicares: 13, 5, Proteinas: 17, 5, MARTES 28	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan Pan Sal: 2,3 8 Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la sal: 3,5 8 Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la sal: 3,5 8 Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la sal: 3,5 8 Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la sal: 3,5 8 Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la salida se	JUEVES 23 Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral Alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años JUEVES 30 Crema de acelga, calabacín y	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca Pan Pan VIERNES 31 Espaguetis con nata, bacon, ques
Espaguettis con tomate y capicada de cerdo picada de cerdo il espaguettis con tomate y capicada de cerdo il espaguettis con tomate y capicada de cerdo il espaguettis con tomate y capicada de lechuga y zanal il espaguettis con control espaguettis control	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patate jamón serrano Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan Pan Pan William - Valoración calculada según bocumento de Consenso sobre la Sala 3.58 - Valoración calculada según bocumento de Consenso sobre la Sala 3.58 - Valoración calculada según bocumento de Consenso sobre la MIERCOLES 29 Borraja con patata y bacon	JUEVES 23 Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral Pan integral JUEVES 30	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca Pan Pan VIERNES 31 Espaguetis con nata, bacon, ques cebolla
Espaguettis con tomate y ca picada de cerdo picada de cerdo picada de cerdo picada de lechuga y zanal ensalada de lechuga y zanal Fruta fresca Pan Pan Pan Pan Pan Pan Pan P	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan Pan William Consenso sobre la según Documento de Consenso sobre la según Documento de Consenso sobre la Salz 3,2 s Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la MIERCOLES 29 Borraja con patata y bacon Pachuga de pollo al ajuillo con lechuga	JUEVES 23 Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca Pan Pan VIERNES 31 Espaguetis con nata, bacon, ques cebolla
Espaguettis con tomate y ca picada de cerdo picada de lechuga y zanal	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral Pan integral Audias: 3,7 g, Hidrato de carbono: 53,3 g, Azocares: 13,5 g, Proteinas: 25,4 g, didos: 5,4 g, Hidrato de carbono: 76,9 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,2 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 76,9 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,2 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,2 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,2 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,2 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,2 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 54,7 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, didos: 54,7 g, didos: 54,7 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,7 g, didos: 54,7 g, didos: 54	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan Pan Pan MIERCOLES 29 Borraja con patata y bacon Pechuga de pollo al ajillo con lechuga y maiz	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca Pan Pan VIERNES 31 Espaguetis con nata, bacon, ques cebolla Merluza en salsa verde con lechuo
Espaguettis con tomate y ca picada de cerdo picada de la romana ensalada de lechuga y zanal properente de limanda a la romana ensalada de lechuga y zanal properente de limanda a la romana ensalada de lechuga y zanal properente de limanda de lechuga y zanal properente de limanda en la romana ensalada de lechuga y zanal properente de limanda en la romana ensalada de lechuga y zanal properente de limanda en la romana ensalada en la romana en la	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan Pan Pan MIERCOLES 29 Borraja con patata y bacon Pechuga de pollo al ajillo con lechuga	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca Pan Pan VIERNES 31 Espaguetis con nata, bacon, ques cebolla
Espaguettis con tomate y ca picada de cerdo picada de la romana ensalada de lechuga y zanal properente de limanda a la romana ensalada de lechuga y zanal properente de limanda a la romana ensalada de lechuga y zanal properente de limanda de lechuga y zanal properente de limanda en la romana ensalada de lechuga y zanal properente de limanda en la romana ensalada de lechuga y zanal properente de limanda en la romana ensalada en la romana en la	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral Pan integral Audias: 3,7 g, Hidrato de carbono: 53,3 g, Azocares: 13,5 g, Proteinas: 25,4 g, didos: 5,4 g, Hidrato de carbono: 76,9 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,2 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 76,9 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,2 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,2 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,2 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,2 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,2 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 84,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 5,4 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, Proteinas: 17,5 g, didos: 54,7 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,5 g, didos: 54,7 g, didos: 54,7 g, Midrato de carbono: 54,7 g, Azocares: 18,7 g, didos: 54,7 g, didos: 54	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan Pan Pan MIERCOLES 29 Borraja con patata y bacon Pechuga de pollo al ajillo con lechuga y maiz	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca Pan Pan VIERNES 31 Espaguetis con nata, bacon, ques cebolla Merluza en salsa verde con lechuo
Eunes 20 Espaguettis con tomate y capicada de cerdo picada de cerdo illeto de limanda a la romana ensalada de lechuga y zanal Fruta fresca Pan Pan Pan Pan Pan Pan Pan P	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patatr jamón serrano Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral Pan integral Addicare: (1.5 § 1. Proteiras: 25.4 § MARTES 28 Arroz con tomate Sis rojos Colas de rape rebozadas con lechu	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan Pan Sal: 2: 2: - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la salidad de consenso sobre la consenso sobre la MIERCOLES 29 Borraja con patata y bacon Pechuga de pollo al ajillo con lechuga y maiz	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral Pan integr	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca Pan Pan VIERNES 31 Espaguetis con nata, bacon, ques cebolla Merluza en salsa verde con lechug
Espaguettis con tomate y capicada de cerdo picada de cerdo picada de cerdo Filete de limanda a la romana ensalada de lechuga y zanal Fruta fresca Pan Pan Pan Lunes 493 kcal. Lipidos: 18.0 g. Acidos Grasos Satur. Fruta fresca de lechuga y zanal Pan Pan Pan Pan Pan Pan Pan	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patata jamón serrano a con Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral Pan integral MARTES 28 MARTES 28 On Arroz con tomate Fruta fresca	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan Pan Pan Sal: 2,3 g - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sal: 3,9 g - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la MIERCOLES 29 Borraja con patata y bacon MIERCOLES 29 Pechuga de pollo al ajillo con lechuga y maiz Yogur	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca Pan Pan VIERNES 31 Espaguetis con nata, bacon, quesc cebolla Merluza en salsa verde con lechug Fruta fresca
Eunes 20 Espaguettis con tomate y capicada de cerdo picada de cerdo illete de limanda a la romana ensalada de lechuga y zanal Fruta fresca Pan Pan Pasa 93 kali Lipidor: 19.0 g. Addo Grasos Saturi Figur 70 kali Lipidor: 29.8 g. Addo Grasos Saturi Eunes 70 kali Lipidor: 29.8 g. Addo Grasos Saturi Eunes 27 Lentejas al estilo casero co zanahoria y cebolla omo a la riojana con pimiento	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patatr jamón serrano Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral Pan integral Addicare: (1.5 § 1. Proteiras: 25.4 § MARTES 28 Arroz con tomate Sis rojos Colas de rape rebozadas con lechu	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan Pan Sai: 2,3 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,3 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,9 g Valoración calculada según D	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral Pan integr	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca Pan Pan VIERNES 31 Espaguetis con nata, bacon, quest cebolla Merluza en salsa verde con lechug
Espaguettis con tomate y ca picada de cerdo Filete de limanda a la romana ensalada de lechuga y zanal propiet de limanda a la romana ensalada de lechuga y zanal Fruta fresca Pan Pan Pan LUNES 27 Lentejas al estilo casero co zanahoria y cebolla pomo a la riojana con pimiento Fruta fresca Pan	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patatr jamón serrano Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral Pan integral MARTES 28 MARTES 28 On Arroz con tomate Fruta fresca Pan integral Fruta fresca MARTES 28 Podelas 37, 8, Aziorare: 13,5 g. Proteinas: 22,4 g. Fruta fresca Pan integral Fruta fresca Pan integral Fruta fresca Pan integral Pan integral Pan integral	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan Pan Willercoles 29 Borraja con patata y bacon Pechuga de pollo al ajillo con lechuga y maiz Yogur Pan Yogur Pan Pan Pochuga de pollo al ajillo con lechuga y maiz Yogur Pan	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pimientos rojos Fruta fresca Pan Pan VIERNES 31 Espaguetis con nata, bacon, quescebolla Merluza en salsa verde con lechuc
Espaguettis con tomate y ca picada de cerdo Filete de limanda a la romana ensalada de lechuga y zanal pregla: 493 kcal. Lipido: 18,0 g. Acidos Grasos Satur. Pan Pan LUNES 27 Lentejas al estilo casero con zanahoria y cebolla pomo a la riojana con pimiento Fruta fresca Pan Pan Pan Pan Pan Pan Pan P	MARTES 21 Judías verdes rehogadas con patatr jamón serrano Pechuga de pollo a la plancha con rodaja de tomate natural Fruta fresca Pan integral Pan integral MARTES 28 Arroz con tomate Arroz con tomate Fruta fresca Pan integral Fruta fresca MARTES 28 Arroz con tomate Fruta fresca Pan integral Pan integral Pan integral Pan integral Pan integral Pan integral	MIERCOLES 22 a y Garbanzos estofados con calabacin, zanahoria y cebolla Tortilla de atún con lechuga Yogur de sabores Pan Pan Sai: 2,3 g - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Sai: 2,5 g - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la MIERCOLES 29 Borraja con patata y bacon MIERCOLES 29 Pechuga de pollo al ajillo con lechuga y maiz Yogur Pan Yogur Pan Pan Sai: 1,8 g - Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la Con	Arroz con tomate Merluza al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan integral	VIERNES 24 Lentejas a la jardinera con zanahor y cebolla Jamoncito de pollo al chilindrón co pirmientos rojos Fruta fresca Pan Pan VIERNES 31 Espaguetis con nata, bacon, quesc cebolla Fruta fresca Merluza en salsa verde con lechug Fruta fresca