

MENÚ 2º CICLO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4 Arroz blanco con salsa de tomate Ragú de pavo con verduritas al vapor 488kcl, 69Ch, 35Prot, 8Lip	5 Ensalada de pasta Merluza en salsa espinacas con calabacín rehogado 431kcl, 16Ch, 55Prot, 14Lip
8 Macarrones gratinados a la boloñesa Tortilla francesa de atún con lechuga y tomate 424kcl, 61Ch, 20Prot, 11Lip	9 Lentejas guisadas con verduras Salmón en salsa marinera con guisantes rehogados 433kcl, 24Ch, 45Prot, 15Lip	10 Judías verdes al vapor con jamón Muslos de pollo encebollados con patatas fritas 472kcl, 12Ch, 46Prot, 24Lip	11 Paella de verduras al horno Lenguadina al horno con tomate y maíz 481kcl, 54Ch, 31Prot, 15Lip	12 Crema de zanahoria Croquetas caseras de jamón con ensalada de tomate 426kcl, 51Ch, 18Prot, 17Lip
15 Tagliatelle carbonara Magras de cerdo con verduras 486kcl, 53Ch, 30Prot, 15Lip	16 Garbanzos a la madrileña Merluza romana con calabaza asada 448kcl, 30Ch, 46Prot, 12Lip	17 Crema de calabaza Albóndigas a la jardinera con patatas dado 451kcl, 49Ch, 14Prot, 22Lip	18 Ensalada de arroz con atún y manzana Salmón al horno en salsa verdura con zanahorias baby 427kcl, 29Ch, 39Prot, 17Lip	19 Sopa de ave con Estrellas Pechuga de pollo milanesa con ensalada de lechuga y tomate 434kcl, 24Ch, 40Prot, 19Lip
22 Fideua de pollo y verdura Tortilla de patata con ensalada de tomate 439kcl, 44Ch, 24Prot, 24Lip	23 Judías blancas estofadas con verduras Merluza en salsa zanahorias con calabacín rehogado 473kcl, 34Ch, 38Prot, 18Lip	24 Crema de verduras frescas Filetes rusos en salsa barbacoa con patatas fritas 422kcl, 13Ch, 23Prot, 31Lip	25 Menestra de verdura al vapor Lenguadina a la romana con ensalada de lechuga y tomate 409kcl, 13Ch, 31Prot, 24Lip	26 Ensalada Logos Pollo asado con puré patatas 446kcl, 21Ch, 41Prot, 20Lip
29 Coditos gratinados al horno con verduras Ragú de pavo con patatas fritas 504kcl, 33Ch, 28Prot, 26Lip	30 Lentejas estofadas con verduras Salmón horno en salsa espinacas con verduritas 433kcl, 24Ch, 45Prot, 15Lip			
Postres: Fruta tres días a la semana y lácteos				

2nd STAGE MENU

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			4	5
			Rice with tomato sauce Turkey ragu with steamed vegetables 488kcl, 69Ch, 35Prot, 8Lip	Pasta salad Hake in spinach sauce with sautéed courgette 431kcl, 16Ch, 55Prot, 14Lip
8	9	10	11	12
Bolognaise pasta gratin Tuna omelette with lettuce and tomatoes 424kcl, 61Ch, 20Prot, 11Lip	Lentils and vegetables stew Salmon in marinere sauce with sautéed peas 433kcl, 24Ch, 45Prot, 15Lip	Steamed green beans with ham Chicken thighs stewed in onions with baked potatoes 472kcl, 12Ch, 46Prot, 24Lip	Baked rice with vegetables Baked megrim sole with tomato and sweetcorn 481kcl, 54Ch, 31Prot, 15Lip	Carrot cream soup Homemade ham croquettes with tomato salad 426kcl, 51Ch, 18Prot, 17Lip
15	16	17	18	19
Tagliatelle carbonara Pork loin with vegetables 486kcl, 53Ch, 30Prot, 15Lip	Madriilenian style chickpea stew Battered hake with roasted pumpkin 448kcl, 30Ch, 46Prot, 12Lip	Pumpkin cream soup ardinière meatballs with diced potatoes 451kcl, 49Ch, 14Prot, 22Lip	Rice tuna and apple salad Baked salmon in vegetable sauce with baby carrots 427kcl, 29Ch, 39Prot, 17Lip	Poultry soup with pasta stars Breaded chicken Milanese with lettuce and tomato salad 434kcl, 24Ch, 40Prot, 19Lip
22	23	24	25	26
Chicken and vegetable noodle Spanish omelette with tomato salad 439kcl, 44Ch, 24Prot, 24Lip	Haricot beans and vegetable stew Hake in carrots sauce with sautéed courgette 473kcl, 34Ch, 38Prot, 18Lip	Fresh vegetables cream soup Salisbury steaks in barbecue sauce with French fries 422kcl, 13Ch, 23Prot, 31Lip	Steamed vegetables stew Battered megrim sole with lettuce and tomato salad 409kcl, 13Ch, 31Prot, 24Lip	Logos salad Roasted chicken with baker-style potatoes 446kcl, 21Ch, 41Prot, 20Lip
29	30			
Pasta and vegetables gratin Turkey ragu with French fries 504kcl, 33Ch, 28Prot, 26Lip	Lentils and vegetables stew Baked salmon in spinach sauce 433kcl, 24Ch, 45Prot, 15Lip			
Desserts: Fruit three times per week and dairy products				