

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5																																								
<p>14</p> <p>Arroz con tomate Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca de temporada</p> <p>568,6Kcal - Prot:27,3g - Lip:14,3g - HC:79,9g AGS:2,6g - Azúcares:18,2g - Sal:1,5g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Lentejas con verduras Merluza a la andaluza Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>554,0Kcal - Prot:30,7g - Lip:11,9g - HC:73,6g AGS:2,0g - Azúcares:20,7g - Sal:1,8g</p>	<p>2 4</p> <p>Crema de zanahoria Rustidera de muslitos de pollo a la provenzal Ensalada de lechuga, atún y tomate Yogur</p> <p>586,7Kcal - Prot:32,1g - Lip:24,7g - HC:56,3g AGS:6,9g - Azúcares:29,8g - Sal:1,8g</p>	<p>1 5 14</p> <p>Macarrones ecológicos napolitana Anillas de calamar encebolladas Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>584,7Kcal - Prot:24,1g - Lip:13,9g - HC:84,2g AGS:2,3g - Azúcares:21,9g - Sal:2,5g</p>	<p>14</p> <p>Alubias estofadas Lomo a la plancha Ensalada de lechuga, cebolla, tomate y olivas deshuesadas Fruta fresca de temporada</p> <p>600,3Kcal - Prot:33,3g - Lip:19,2g - HC:64,2g AGS:4,2g - Azúcares:20,3g - Sal:2,0g</p>	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12	<p>1 4 14</p> <p>Espaguetis salteados con atún Filete de aguja en su jugo Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>573,5Kcal - Prot:27,3g - Lip:14,2g - HC:80,0g AGS:2,1g - Azúcares:20,0g - Sal:1,7g</p>	<p>4</p> <p>Olla gitana Pechuga de pavo al horno Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>643,7Kcal - Prot:42,6g - Lip:16,6g - HC:72,5g AGS:2,9g - Azúcares:20,3g - Sal:1,7g</p>	<p>2 14</p> <p>Ensalada variada con espárragos Arroz con magra y verduras de proximidad Yogur</p> <p>618,6Kcal - Prot:25,0g - Lip:15,6g - HC:92,9g AGS:5,2g - Azúcares:23,8g - Sal:1,5g</p>	<p>14</p> <p>Crema de calabaza, patata y puerro Pollo al limón Ensalada de lechuga, cebolla, tomate y olivas deshuesadas Fruta fresca de temporada</p> <p>479,7Kcal - Prot:20,4g - Lip:17,5g - HC:53,8g AGS:3,6g - Azúcares:23,6g - Sal:2,1g</p>	<p>1 4 12 14</p> <p>Sopa con garbanzos Merluza al horno Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>536,7Kcal - Prot:29,5g - Lip:11,4g - HC:73,8g AGS:1,9g - Azúcares:20,6g - Sal:1,6g</p>	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19	<p>1 2 4 5 14</p> <p>Ensalada variada con pollo Fideua de pescado Yogur</p> <p>565,2Kcal - Prot:27,8g - Lip:14,0g - HC:78,8g AGS:4,4g - Azúcares:24,7g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Lentejas con arroz integral Merluza a la andaluza Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>646,4Kcal - Prot:34,3g - Lip:12,5g - HC:90,6g AGS:2,1g - Azúcares:23,8g - Sal:1,9g</p>	<p>4</p> <p>Puré de verduras Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>488,5Kcal - Prot:28,7g - Lip:16,2g - HC:52,9g AGS:3,0g - Azúcares:21,0g - Sal:1,5g</p>	<p>14</p> <p>Judías blancas estofadas con tomate,cebolla, pimiento y pimentón de la Vera Lomo a la plancha Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>619,9Kcal - Prot:33,4g - Lip:18,2g - HC:70,0g AGS:4,1g - Azúcares:20,9g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Sopa de pescado Pollo asado Ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca de temporada</p> <p>757,0Kcal - Prot:30,0g - Lip:17,7g - HC:114,8g AGS:2,9g - Azúcares:21,3g - Sal:2,9g</p>	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26	<p>1 14</p> <p>Lentejas con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, cebolla, tomate y olivas deshuesadas Fruta fresca de temporada</p> <p>731,8Kcal - Prot:32,2g - Lip:32,5g - HC:71,6g AGS:8,6g - Azúcares:20,2g - Sal:1,9g</p>	<p>4 14</p> <p>Cazuela de pollo con patata, cebolla, pimiento y zanahoria de la huerta Pescado al horno Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>486,2Kcal - Prot:27,5g - Lip:13,5g - HC:58,7g AGS:2,6g - Azúcares:19,7g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Macarrones ecológicos con atún Pechuga de pavo al horno Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>669,3Kcal - Prot:40,8g - Lip:17,3g - HC:83,6g AGS:3,1g - Azúcares:20,2g - Sal:1,8g</p>	<p>1 2 4 9 12 14</p> <p>Sopa de cocido con fideos Cocido completo Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>625,0Kcal - Prot:25,2g - Lip:12,5g - HC:94,1g AGS:2,4g - Azúcares:25,0g - Sal:1,4g</p>	<p>2 4 5 6 14</p> <p>Ensalada con caballa Arroz de pescado Yogur</p> <p>544,2Kcal - Prot:19,1g - Lip:14,2g - HC:83,6g AGS:4,3g - Azúcares:23,6g - Sal:1,5g</p>	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 1	VIERNES 2	<p>1 4 14</p> <p>Macarrones con atún Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>629,5Kcal - Prot:33,9g - Lip:16,4g - HC:82,7g AGS:2,9g - Azúcares:19,8g - Sal:1,7g</p>	<p>2 14</p> <p>Ensalada de caballa Arroz con pollo y verduras Yogur</p> <p>676,4Kcal - Prot:28,8g - Lip:17,6g - HC:97,0g AGS:5,5g - Azúcares:25,4g - Sal:1,7g</p>	<p>4</p> <p>Bullit de habichuelas estofadas con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>706,5Kcal - Prot:29,7g - Lip:32,9g - HC:65,2g AGS:8,6g - Azúcares:20,4g - Sal:1,5g</p>	<p>1 12 14</p> <p>Sopa minestrone Pollo al ajillo con patatas Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>672,5Kcal - Prot:36,3g - Lip:22,9g - HC:75,1g AGS:4,8g - Azúcares:21,8g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Puré de garbanzos y zanahoria Filete de merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, cebolla, tomate y olivas deshuesadas Fruta fresca de temporada</p> <p>663,9Kcal - Prot:29,4g - Lip:19,6g - HC:84,8g AGS:2,5g - Azúcares:23,7g - Sal:1,8g</p>
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12																																								
<p>1 4 14</p> <p>Espaguetis salteados con atún Filete de aguja en su jugo Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>573,5Kcal - Prot:27,3g - Lip:14,2g - HC:80,0g AGS:2,1g - Azúcares:20,0g - Sal:1,7g</p>	<p>4</p> <p>Olla gitana Pechuga de pavo al horno Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>643,7Kcal - Prot:42,6g - Lip:16,6g - HC:72,5g AGS:2,9g - Azúcares:20,3g - Sal:1,7g</p>	<p>2 14</p> <p>Ensalada variada con espárragos Arroz con magra y verduras de proximidad Yogur</p> <p>618,6Kcal - Prot:25,0g - Lip:15,6g - HC:92,9g AGS:5,2g - Azúcares:23,8g - Sal:1,5g</p>	<p>14</p> <p>Crema de calabaza, patata y puerro Pollo al limón Ensalada de lechuga, cebolla, tomate y olivas deshuesadas Fruta fresca de temporada</p> <p>479,7Kcal - Prot:20,4g - Lip:17,5g - HC:53,8g AGS:3,6g - Azúcares:23,6g - Sal:2,1g</p>	<p>1 4 12 14</p> <p>Sopa con garbanzos Merluza al horno Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>536,7Kcal - Prot:29,5g - Lip:11,4g - HC:73,8g AGS:1,9g - Azúcares:20,6g - Sal:1,6g</p>	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19	<p>1 2 4 5 14</p> <p>Ensalada variada con pollo Fideua de pescado Yogur</p> <p>565,2Kcal - Prot:27,8g - Lip:14,0g - HC:78,8g AGS:4,4g - Azúcares:24,7g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Lentejas con arroz integral Merluza a la andaluza Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>646,4Kcal - Prot:34,3g - Lip:12,5g - HC:90,6g AGS:2,1g - Azúcares:23,8g - Sal:1,9g</p>	<p>4</p> <p>Puré de verduras Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>488,5Kcal - Prot:28,7g - Lip:16,2g - HC:52,9g AGS:3,0g - Azúcares:21,0g - Sal:1,5g</p>	<p>14</p> <p>Judías blancas estofadas con tomate,cebolla, pimiento y pimentón de la Vera Lomo a la plancha Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>619,9Kcal - Prot:33,4g - Lip:18,2g - HC:70,0g AGS:4,1g - Azúcares:20,9g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Sopa de pescado Pollo asado Ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca de temporada</p> <p>757,0Kcal - Prot:30,0g - Lip:17,7g - HC:114,8g AGS:2,9g - Azúcares:21,3g - Sal:2,9g</p>	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26	<p>1 14</p> <p>Lentejas con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, cebolla, tomate y olivas deshuesadas Fruta fresca de temporada</p> <p>731,8Kcal - Prot:32,2g - Lip:32,5g - HC:71,6g AGS:8,6g - Azúcares:20,2g - Sal:1,9g</p>	<p>4 14</p> <p>Cazuela de pollo con patata, cebolla, pimiento y zanahoria de la huerta Pescado al horno Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>486,2Kcal - Prot:27,5g - Lip:13,5g - HC:58,7g AGS:2,6g - Azúcares:19,7g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Macarrones ecológicos con atún Pechuga de pavo al horno Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>669,3Kcal - Prot:40,8g - Lip:17,3g - HC:83,6g AGS:3,1g - Azúcares:20,2g - Sal:1,8g</p>	<p>1 2 4 9 12 14</p> <p>Sopa de cocido con fideos Cocido completo Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>625,0Kcal - Prot:25,2g - Lip:12,5g - HC:94,1g AGS:2,4g - Azúcares:25,0g - Sal:1,4g</p>	<p>2 4 5 6 14</p> <p>Ensalada con caballa Arroz de pescado Yogur</p> <p>544,2Kcal - Prot:19,1g - Lip:14,2g - HC:83,6g AGS:4,3g - Azúcares:23,6g - Sal:1,5g</p>	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 1	VIERNES 2	<p>1 4 14</p> <p>Macarrones con atún Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>629,5Kcal - Prot:33,9g - Lip:16,4g - HC:82,7g AGS:2,9g - Azúcares:19,8g - Sal:1,7g</p>	<p>2 14</p> <p>Ensalada de caballa Arroz con pollo y verduras Yogur</p> <p>676,4Kcal - Prot:28,8g - Lip:17,6g - HC:97,0g AGS:5,5g - Azúcares:25,4g - Sal:1,7g</p>	<p>4</p> <p>Bullit de habichuelas estofadas con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>706,5Kcal - Prot:29,7g - Lip:32,9g - HC:65,2g AGS:8,6g - Azúcares:20,4g - Sal:1,5g</p>	<p>1 12 14</p> <p>Sopa minestrone Pollo al ajillo con patatas Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>672,5Kcal - Prot:36,3g - Lip:22,9g - HC:75,1g AGS:4,8g - Azúcares:21,8g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Puré de garbanzos y zanahoria Filete de merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, cebolla, tomate y olivas deshuesadas Fruta fresca de temporada</p> <p>663,9Kcal - Prot:29,4g - Lip:19,6g - HC:84,8g AGS:2,5g - Azúcares:23,7g - Sal:1,8g</p>										
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19																																								
<p>1 2 4 5 14</p> <p>Ensalada variada con pollo Fideua de pescado Yogur</p> <p>565,2Kcal - Prot:27,8g - Lip:14,0g - HC:78,8g AGS:4,4g - Azúcares:24,7g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Lentejas con arroz integral Merluza a la andaluza Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>646,4Kcal - Prot:34,3g - Lip:12,5g - HC:90,6g AGS:2,1g - Azúcares:23,8g - Sal:1,9g</p>	<p>4</p> <p>Puré de verduras Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>488,5Kcal - Prot:28,7g - Lip:16,2g - HC:52,9g AGS:3,0g - Azúcares:21,0g - Sal:1,5g</p>	<p>14</p> <p>Judías blancas estofadas con tomate,cebolla, pimiento y pimentón de la Vera Lomo a la plancha Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>619,9Kcal - Prot:33,4g - Lip:18,2g - HC:70,0g AGS:4,1g - Azúcares:20,9g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Sopa de pescado Pollo asado Ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca de temporada</p> <p>757,0Kcal - Prot:30,0g - Lip:17,7g - HC:114,8g AGS:2,9g - Azúcares:21,3g - Sal:2,9g</p>	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26	<p>1 14</p> <p>Lentejas con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, cebolla, tomate y olivas deshuesadas Fruta fresca de temporada</p> <p>731,8Kcal - Prot:32,2g - Lip:32,5g - HC:71,6g AGS:8,6g - Azúcares:20,2g - Sal:1,9g</p>	<p>4 14</p> <p>Cazuela de pollo con patata, cebolla, pimiento y zanahoria de la huerta Pescado al horno Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>486,2Kcal - Prot:27,5g - Lip:13,5g - HC:58,7g AGS:2,6g - Azúcares:19,7g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Macarrones ecológicos con atún Pechuga de pavo al horno Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>669,3Kcal - Prot:40,8g - Lip:17,3g - HC:83,6g AGS:3,1g - Azúcares:20,2g - Sal:1,8g</p>	<p>1 2 4 9 12 14</p> <p>Sopa de cocido con fideos Cocido completo Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>625,0Kcal - Prot:25,2g - Lip:12,5g - HC:94,1g AGS:2,4g - Azúcares:25,0g - Sal:1,4g</p>	<p>2 4 5 6 14</p> <p>Ensalada con caballa Arroz de pescado Yogur</p> <p>544,2Kcal - Prot:19,1g - Lip:14,2g - HC:83,6g AGS:4,3g - Azúcares:23,6g - Sal:1,5g</p>	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 1	VIERNES 2	<p>1 4 14</p> <p>Macarrones con atún Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>629,5Kcal - Prot:33,9g - Lip:16,4g - HC:82,7g AGS:2,9g - Azúcares:19,8g - Sal:1,7g</p>	<p>2 14</p> <p>Ensalada de caballa Arroz con pollo y verduras Yogur</p> <p>676,4Kcal - Prot:28,8g - Lip:17,6g - HC:97,0g AGS:5,5g - Azúcares:25,4g - Sal:1,7g</p>	<p>4</p> <p>Bullit de habichuelas estofadas con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>706,5Kcal - Prot:29,7g - Lip:32,9g - HC:65,2g AGS:8,6g - Azúcares:20,4g - Sal:1,5g</p>	<p>1 12 14</p> <p>Sopa minestrone Pollo al ajillo con patatas Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>672,5Kcal - Prot:36,3g - Lip:22,9g - HC:75,1g AGS:4,8g - Azúcares:21,8g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Puré de garbanzos y zanahoria Filete de merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, cebolla, tomate y olivas deshuesadas Fruta fresca de temporada</p> <p>663,9Kcal - Prot:29,4g - Lip:19,6g - HC:84,8g AGS:2,5g - Azúcares:23,7g - Sal:1,8g</p>																				
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26																																								
<p>1 14</p> <p>Lentejas con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, cebolla, tomate y olivas deshuesadas Fruta fresca de temporada</p> <p>731,8Kcal - Prot:32,2g - Lip:32,5g - HC:71,6g AGS:8,6g - Azúcares:20,2g - Sal:1,9g</p>	<p>4 14</p> <p>Cazuela de pollo con patata, cebolla, pimiento y zanahoria de la huerta Pescado al horno Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>486,2Kcal - Prot:27,5g - Lip:13,5g - HC:58,7g AGS:2,6g - Azúcares:19,7g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Macarrones ecológicos con atún Pechuga de pavo al horno Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>669,3Kcal - Prot:40,8g - Lip:17,3g - HC:83,6g AGS:3,1g - Azúcares:20,2g - Sal:1,8g</p>	<p>1 2 4 9 12 14</p> <p>Sopa de cocido con fideos Cocido completo Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>625,0Kcal - Prot:25,2g - Lip:12,5g - HC:94,1g AGS:2,4g - Azúcares:25,0g - Sal:1,4g</p>	<p>2 4 5 6 14</p> <p>Ensalada con caballa Arroz de pescado Yogur</p> <p>544,2Kcal - Prot:19,1g - Lip:14,2g - HC:83,6g AGS:4,3g - Azúcares:23,6g - Sal:1,5g</p>	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 1	VIERNES 2	<p>1 4 14</p> <p>Macarrones con atún Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>629,5Kcal - Prot:33,9g - Lip:16,4g - HC:82,7g AGS:2,9g - Azúcares:19,8g - Sal:1,7g</p>	<p>2 14</p> <p>Ensalada de caballa Arroz con pollo y verduras Yogur</p> <p>676,4Kcal - Prot:28,8g - Lip:17,6g - HC:97,0g AGS:5,5g - Azúcares:25,4g - Sal:1,7g</p>	<p>4</p> <p>Bullit de habichuelas estofadas con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>706,5Kcal - Prot:29,7g - Lip:32,9g - HC:65,2g AGS:8,6g - Azúcares:20,4g - Sal:1,5g</p>	<p>1 12 14</p> <p>Sopa minestrone Pollo al ajillo con patatas Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>672,5Kcal - Prot:36,3g - Lip:22,9g - HC:75,1g AGS:4,8g - Azúcares:21,8g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Puré de garbanzos y zanahoria Filete de merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, cebolla, tomate y olivas deshuesadas Fruta fresca de temporada</p> <p>663,9Kcal - Prot:29,4g - Lip:19,6g - HC:84,8g AGS:2,5g - Azúcares:23,7g - Sal:1,8g</p>																														
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES 1	VIERNES 2																																								
<p>1 4 14</p> <p>Macarrones con atún Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de pepino, zanahoria y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>629,5Kcal - Prot:33,9g - Lip:16,4g - HC:82,7g AGS:2,9g - Azúcares:19,8g - Sal:1,7g</p>	<p>2 14</p> <p>Ensalada de caballa Arroz con pollo y verduras Yogur</p> <p>676,4Kcal - Prot:28,8g - Lip:17,6g - HC:97,0g AGS:5,5g - Azúcares:25,4g - Sal:1,7g</p>	<p>4</p> <p>Bullit de habichuelas estofadas con verduras Filete de aguja en su jugo Ensalada de lechuga, atún y tomate Fruta fresca de temporada</p> <p>706,5Kcal - Prot:29,7g - Lip:32,9g - HC:65,2g AGS:8,6g - Azúcares:20,4g - Sal:1,5g</p>	<p>1 12 14</p> <p>Sopa minestrone Pollo al ajillo con patatas Ensalada de maíz, tomate y lechuga Fruta fresca de temporada</p> <p>672,5Kcal - Prot:36,3g - Lip:22,9g - HC:75,1g AGS:4,8g - Azúcares:21,8g - Sal:1,8g</p>	<p>1 4 14</p> <p>Puré de garbanzos y zanahoria Filete de merluza a la andaluza Ensalada de lechuga, cebolla, tomate y olivas deshuesadas Fruta fresca de temporada</p> <p>663,9Kcal - Prot:29,4g - Lip:19,6g - HC:84,8g AGS:2,5g - Azúcares:23,7g - Sal:1,8g</p>																																								

**Observaciones**

Las valoraciones nutricionales incluyen el consumo de una ración de pan por ingesta.  
Al acompañar las comidas con pan, deberemos tener en cuenta la presencia de gluten como alérgeno (a excepción de las dietas sin gluten)

Los alérgenos del menú tienen en cuenta todos los ingredientes de cada plato y siguen el principio de máxima precaución

- 1 GLUTEN
- 2 LÁCTEOS
- 3 HUEVO
- 4 PESCADO
- 5 MOLUSCOS
- 6 CRUSTÁCEOS
- 7 CACAHUETES
- 8 FRUTOS DE CÁSCARA
- 9 SOJA
- 10 SÉSAMO
- 11 MOSTAZA
- 12 APIO
- 13 ALTRAMUCES
- 14 AZUFRE Y SULFITO

# GUIA CALENDARIO ESCOLAR CARTAGENA 2023-2024

## AUTONOMO PRIVADO



### Octubre 2023

L	M	X	J	V	S	D	semana
						1	4 <sup>a</sup>
2	3	4	5	6	7	8	5 <sup>a</sup>
9	10	11	12	13	14	15	1 <sup>a</sup>
16	17	18	19	20	21	22	2 <sup>a</sup>
23	24	25	26	27	28	29	3 <sup>a</sup>
30	31						4 <sup>a</sup>

### Noviembre 2023

L	M	X	J	V	S	D	Semana
		1	2	3	4	5	4 <sup>a</sup>
6	7	8	9	10	11	12	5 <sup>a</sup>
13	14	15	16	17	18	19	1 <sup>a</sup>
20	21	22	23	24	25	26	2 <sup>a</sup>
27	28	29	30				3 <sup>a</sup>

### Diciembre 2023

L	M	X	J	V	S	D	semana
				1	2	3	3 <sup>a</sup>
4	5	6	7	8	9	10	4 <sup>a</sup>
11	12	13	14	15	16	17	5 <sup>a</sup>
18	19	20	21	22	23	24	1 <sup>a</sup>
25	26	27	28	29	30	31	2 <sup>a</sup>



serunion educa



### Enero 2024

L	M	X	J	V	S	D	semana
1	2	3	4	5	6	7	3 <sup>a</sup>
8	9	10	11	12	13	14	4 <sup>a</sup>
15	16	17	18	19	20	21	5 <sup>a</sup>
22	23	24	25	26	27	28	1 <sup>a</sup>
29	30	31					2 <sup>a</sup>

### Febrero 2024

L	M	X	J	V	S	D	semana
			1	2	3	4	2 <sup>a</sup>
5	6	7	8	9	10	11	3 <sup>a</sup>
12	13	14	15	16	17	18	4 <sup>a</sup>
19	20	21	22	23	24	25	5 <sup>a</sup>
26	27	28	29				1 <sup>a</sup>

### Marzo 2024

L	M	X	J	V	S	D	semana
				1	2	3	1 <sup>a</sup>
4	5	6	7	8	9	10	2 <sup>a</sup>
11	12	13	14	15	16	17	3 <sup>a</sup>
18	19	20	21	22	23	24	4 <sup>a</sup>
25	26	27	28	29	30	31	5 <sup>a</sup>



### Abril 2024

L	M	X	J	V	S	D	semana
1	2	3	4	5	6	7	1 <sup>a</sup>
8	9	10	11	12	13	14	2 <sup>a</sup>
15	16	17	18	19	20	21	3 <sup>a</sup>
22	23	24	25	26	27	28	4 <sup>a</sup>
29	30						5 <sup>a</sup>

### Mayo 2024

L	M	X	J	V	S	D	semana
		1	2	3	4	5	5 <sup>a</sup>
6	7	8	9	10	11	12	1 <sup>a</sup>
13	14	15	16	17	18	19	2 <sup>a</sup>
20	21	22	23	24	25	26	3 <sup>a</sup>
27	28	29	30	31			4 <sup>a</sup>

### Junio 2024

L	M	X	J	V	S	D	semana
					1	2	4 <sup>a</sup>
3	4	5	6	7	8	9	5 <sup>a</sup>
10	11	12	13	14	15	16	1 <sup>a</sup>
17	18	19	20	21	22	23	2 <sup>a</sup>
24	25	26	27	28	29	30	3 <sup>a</sup>



serunion educa

