



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



Conoce muchas recetas muy fáciles de cocinar para que las puedas hacer con tu hijo en:

www.elgustodecrecer.es

| | | | | | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|--|--|---|--|
| <p>5</p> <p>ARROZ CALDOSO COLITAS DE MERLUZA REBOZADAS CON ENSALADA YOGURT</p> <p>Kcal: 802,75 Prot.: 86,50 Lípidos: 33,25 Hidr.: 45,00</p> | | <p>6</p> <p>FRIJOLES CON ARROZ SALCHICHAS CON ENSALADA FRUTA</p> <p>Kcal: 659,50 Prot.: 80,00 Lípidos: 23,50 Hidr.: 42,50</p> | | <p>7</p> <p>SOPA DE LLUVIA HUEVO FRITO CON PATATAS FRUTA</p> <p>Kcal: 654,75 Prot.: 82,50 Lípidos: 23,50 Hidr.: 34,50</p> | | <p>1</p> <p>LENTEJAS DE LA ABUELA FILETE DE PANGA AL HONO CON LIMÓN FRUTA</p> <p>Kcal: 659,00 Prot.: 80,00 Lípidos: 23,50 Hidr.: 42,50</p> | | <p>2</p> <p>PURÉ DE VERDURA CROQUETAS DE JAMON SERRANO CON PATATAS YOGURT</p> <p>Kcal: 817,25 Prot.: 101,00 Lípidos: 31,25 Hidr.: 33,00</p> | |
| | | | | | | <p>8</p> <p>PURÉ DE VERDURAS NATURALES FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA CON ENSALADA YOGURT</p> <p>Kcal: 641,00 Prot.: 63,50 Lípidos: 27,00 Hidr.: 37,50</p> | | <p>9</p> <p>ESPAQUETIS CON TOMATE SAN JACOBO CON ENSALADA PIÑA EN ALMIBAR</p> <p>Kcal: 737,75 Prot.: 81,50 Lípidos: 32,25 Hidr.: 36,00</p> | |
| <p>12</p> <p>FESTIVO</p> | | <p>13</p> <p>LENTEJAS DE LA ABUELA VARITAS DE MERLUZA CON LECHUGA YOGURT</p> <p>Kcal: 671,00 Prot.: 71,00 Lípidos: 27,50 Hidr.: 45,50</p> | | <p>14</p> <p>ARROZ CON TOMATE FILETE DE PECHUGA DE POLLO CON PATATAS FRUTA</p> <p>Kcal: 715,75 Prot.: 92,50 Lípidos: 26,25 Hidr.: 33,00</p> | | <p>15</p> <p>SOPA DE FIDEO CON POLLO TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA YOGURT</p> <p>Kcal: 739,50 Prot.: 90,00 Lípidos: 29,50 Hidr.: 28,50</p> | | <p>16</p> <p>ALUBIAS BLANCAS GUIADAS FILETE DE PANGA AL HORNO CON ENSALADA FRUTA</p> <p>Kcal: 659,50 Prot.: 80,00 Lípidos: 23,50 Hidr.: 42,50</p> | |
| <p>19</p> <p>CARACOLAS AL AJILLO MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA FRUTA</p> <p>Kcal: 819,50 Prot.: 115,00 Lípidos: 25,50 Hidr.: 32,50</p> | | <p>20</p> <p>GARBANZOS CON ZANAHORIA MEDALLONES DE PECHUGA CON VERDURITAS FRUTA</p> <p>Kcal: 659,50 Prot.: 80,00 Lípidos: 23,50 Hidr.: 42,50</p> | | <p>21</p> <p>PURÉ DE CALABACÍN TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTOS YOGURT</p> <p>Kcal: 641,00 Prot.: 63,50 Lípidos: 27,00 Hidr.: 37,50</p> | | <p>22</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURITAS VARITAS DE MERLUZA CON ENSALADA FRUTA</p> <p>Kcal: 830,50 Prot.: 105,00 Lípidos: 40,50 Hidr.: 44,50</p> | | <p>23</p> <p>SOPA DE COCIDO LOMO A LA PLANCHA CON PATATAS YOGURT</p> <p>Kcal: 654,75 Prot.: 82,50 Lípidos: 20,75 Hidr.: 34,50</p> | |
| <p>26</p> <p>JUDIAS VERDES CON PATATA EMPANADILLAS DE BONITO CON ENSALADA YOGURT</p> <p>Kcal: 641,00 Prot.: 63,50 Lípidos: 27,00 Hidr.: 37,50</p> | | <p>27</p> <p>CREMA DE CALABAZA HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON CEBOLLA FRUTA</p> <p>Kcal: 710,75 Prot.: 80,00 Lípidos: 26,75 Hidr.: 37,50</p> | | <p>28</p> <p>JORNADA GASTRONÓMICA VEGETARIANA Ensalada de Crudités Arroz caldoso con Habichuelas Macedonia de frutas</p> <p>Kcal: 615,00 Prot.: 95,00 Lípidos: 15,00 Hidr.: 25,00</p> | | <p>29</p> <p>SOPA DE FIDEO CON POLLO TORTILLA EN SALSA DE VERDURITAS YOGURT</p> <p>Kcal: 739,50 Prot.: 90,00 Lípidos: 29,50 Hidr.: 28,50</p> | | <p>30</p> <p>ALUBIAS ESTOFODAS CON VERDURITAS FILETE DE PANGA A LA ROMANA CON LECHUGA FRUTA</p> <p>Kcal: 659,50 Prot.: 80,00 Lípidos: 23,50 Hidr.: 42,50</p> | |