

LUNES

Este mes es noticia



MARTES

Realizamos máscaras para celebrar carnaval



MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑONES/ RICE WITH MUSHROOMS
CROQUETAS DE POLLO/ CHICKEN CROQUETTES
ENSALADA DE TOMATE/ TOMATO SALAD
LÁCTEO/ DAIRY DESSERT
723,4KCAL - PROT:20,1G - LIP:22,5G - HC:107,7G
AGS:5,3G - AZÚCARES:29,0G - SAL:3,3G

02

FESTIVO
DÍA DE LA CANDELARIA

05

CREMA DE CALABAZA/ CREAM OF PUMPKIN SUPP
ESPIRALES A LA MILANESA/ MILANESE SPIRALS
FRUTA/ FRUIT
532,6Kcal - Prot:16,3g - Lip:11,0g - HC:87,4g AGS:2,5g -
Azúcares:18,0g - Sal:1,4g

06

MOROS Y CRISTIANOS/ RICE AND BLACK BEANS
FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA/ BATTERED HAKE FISH FILLET
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA/ LETUCE, TOMATO AND CARROT SALAD
LÁCTEO/ DAIRY DESSERT
728,4Kcal - Prot:37,5g - Lip:22,0g - HC:89,5g AGS:5,3g -
Azúcares:23,7g - Sal:2,1g

07

CREMA DE GUISANTES Y ZANAHORIA/ CREAM OF PEAS AND CARROT SOUP
FILETE DE CERDO BRASEADO/ GRILLED PORK LOIN
MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA/ SAUTED VEGETABLES
FRUTA/ FRUIT
610,6KCAL - PROT:34,2G - LIP:19,9G - HC:67,1G AGS:4,5G -
AZÚCARES:27,7G - SAL:1,9G

08

POTAJE DE VERDURAS/ VEGETARIAN STEW
ARROZ A LA AMERICANA/ RICE WITH MEAT
LÁCTEO/ DAIRY DESSERT
704,8Kcal - Prot:25,6g - Lip:17,6g - HC:107,5g AGS:5,2g -
Azúcares:24,7g - Sal:1,9g

09

SOPA CASERA DE LETRAS/ NOODLE SOUP
TORTILLA PAISANA/ OMELETTE
LECHUGA, COL Y ZANAHORIA/ LETUCE, CABBAGE AND CARROT
GELATINA DE FRESA/ STRAWBERRY JELLY
553,6KCAL - PROT:32,6G - LIP:22,1G - HC:53,5G AGS:4,8G -
AZÚCARES:5,8G - SAL:1,9G

12

DÍA NO LECTIVO

13

FESTIVO

14

POTAJE DE ACELGAS/ CHARD STEW
NUGGETS DE POLLO/ CHICKEN NUGGETS
ENSALADA TRICOLOR/ SALAD THREE COLOURS
FRUTA/ FRUIT
608,5Kcal - Prot:16,0g - Lip:25,6g - HC:73,7g AGS:4,6g -
Azúcares:21,7g - Sal:2,4g

15

SOPA CASERA DE TERNERA/ VEAL SOUP
MERLUZA A LA CREMA CON FINAS HIERBAS Y GUISANTES/ HAKE FISH WITH PEAS AND HERBS SAUCE
PAPAS COCIDAS/ BOILED POTATOES
LÁCTEO/ DAIRY DESSERT
638,2Kcal - Prot:35,0g - Lip:14,3g - HC:87,9g AGS:4,6g -
Azúcares:30,5g - Sal:2,1g

16

CREMA DE JUDÍAS/ CREAM OF BEANS SOUP
ARROZ CALDOSO VALENCIANO/ VALENCIAN RICE
FRUTA/ FRUIT
709,7Kcal - Prot:26,3g - Lip:14,1g - HC:111,4g AGS:3,0g -
Azúcares:21,8g - Sal:1,8g

19

SOPA CASERA DE AVE CON ARROZ/ CHICKEN AND RICE SOUP
HAMBURGUESA DE AVE CON TOMATE/ HAMBURGER WITH TOMATO
PAPAS FRITAS/ FRITES
FRUTA/ FRUIT
669,2Kcal - Prot:29,1g - Lip:20,3g - HC:85,8g AGS:5,4g -
Azúcares:18,0g - Sal:1,9g

20

POTAJE DE LENTEJAS/ LENTIL STEW
TORTILLA ESPAÑOLA/ SPANISH OMELETTE
ENSALADA DE TOMATE/ TOMATO SALAD
LÁCTEO/ DAIRY DESSERT
742,0Kcal - Prot:35,3g - Lip:27,8g - HC:83,2g AGS:7,3g -
Azúcares:24,6g - Sal:2,0g

21

CREMA DE VERDURAS/ CREAM OF VEGETABLE SOUP
LAZOS NAPOLITANA/ NAPOLITANA NOODLE
FRUTA/ FRUIT
462,8Kcal - Prot:12,6g - Lip:7,8g - HC:82,1g AGS:1,0g -
Azúcares:13,3g - Sal:1,4g

22

SOPA CASERA MARAVILLA/ NOODLE SOUP
POLLO AL CURRY/ CHICKEN WITH CURRY FLAVOUR
ARROZ SALTEADO/ RICE
LÁCTEO/ DAIRY DESSERT
726,0Kcal - Prot:40,4g - Lip:24,7g - HC:84,2g AGS:8,0g -
Azúcares:23,4g - Sal:2,0g

23

CREMA DE CALABACÍN Y PUERRO/ CREAM OF COURGETTE AND LEEK SOUP
CHURROS DE PESCADO/ FISH FRITTERS
ENSALADA DE TOMATE/ TOMATO SALAD
MOUSSE DE CHOCOLATE/ CHOCOLATE MOUSSE
389,6Kcal - Prot:9,3g - Lip:16,9g - HC:48,0g AGS:3,9g -
Azúcares:15,3g - Sal:1,4g

26

CREMA DE ESPINACAS/ CREAM OF SPINACH SOUP
ESPIRALES SALTEADOS CON CHAMPIÑONES Y YORK/ NOODLE WITH MUSHROOM AND HAM
FRUTA/ FRUIT
483,6Kcal - Prot:15,2g - Lip:8,4g - HC:83,9g AGS:1,1g -
Azúcares:9,2g - Sal:1,5g

27

SOPA CASERA DE VERDURAS CON FIDEOS/ NOODLE SOUP
ROPA VIEJA/ TYPICAL CANARIAN STEW. VEAL, CHECKPEA, AND POTATO
LÁCTEO/ DAIRY DESSERT
641,7Kcal - Prot:35,6g - Lip:16,5g - HC:84,2g AGS:4,4g -
Azúcares:25,1g - Sal:1,6g

28

POTAJE DE JUDÍAS/ BEANS STEW
JAMONCITOS DE POLLO EMPANADO/ BREADED CHICKEN LEGS
ENSALADA/ SALAD
FRUTA/ FRUIT
715,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:24,8g - HC:83,4g AGS:3,6g -
Azúcares:20,3g - Sal:2,2g