

## MENÚ ENERO INFANTIL AYS

INFANTIL	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>SEMANA 2</b>			ENSALADA CÉSAR ARROZ Y GARBANZOS PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE GUISO DE MERLUZA CON VERDURITAS  PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE HORTALIZAS GUISO DE POLLO CON VERDURITAS PAN INTEGRAL  FRUTA O YOGUR 
			Kcal 555 prot 12% gluc 61% lip 27%	Kcal 505 prot 12% gluc 61% lip 27%	Kcal 515 prot 19% gluc 55% lip 26%
<b>SEMANA 3</b>	ENSALADA MEDITERRANEA OLLA GITANA PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO	SOPA DE POLLO CON FIDEOS TORTILLA FRANCESA +  LECHUGA Y QUESO FRESCO PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE HORTALIZAS ESPIRALES CON ATÚN PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO	TOMATE Y LECHUGA COCIDO MURCIANO  PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON ATÚN ARROZ CON MAGRA PAN BLANCO  FRUTA O YOGUR 
	Kcal 403 prot 21% gluc 51% lip 28%	Kcal 572 prot 12% gluc 61% lip 27%	Kcal 505 prot 19% gluc 55% lip 26%	Kcal 505 prot 19% gluc 55% lip 26%	Kcal 571 prot 12% gluc 45% lip 43%
<b>SEMANA 4</b>	ENSALADA CON ATÚN LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE ESTOFADO DE TERNERA PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CON QUESO  PASTA INTEGRAL CON SALMÓN  PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO	POTAJE DE ESPINACAS SALCHICHA DE POLLO  PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO	PURÉ DE CALABAZA GUISO DE POLLO CON VERDURITAS PAN INTEGRAL FRUTA O YOGUR 
	Kcal 583 prot 14% gluc 60% lip 27%	Kcal 572 prot 14% gluc 58% lip 27%	Kcal 403 prot 21% gluc 51% lip 28%	Kcal 507 prot 17% gluc 57% lip 26%	Kcal 535 prot 15% gluc 62% lip 23%
<b>SEMANA 5</b>	ENSALADA CON HUEVO  PASTA BOLOÑESA PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO	TOMATE Y LECHUGA COCIDO MURCIANO CON  PELOTA  PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE ARROZ CON POLLO PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE HORTALIZAS LENTEJAS CON VERDURAS PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE HORTALIZAS ALETRIA DE PESCADO BLANCO CON VERDURAS FRUTA O YOGUR
	Kcal 505 prot 12% gluc 60% lip 28%	Kcal 505 prot 19% gluc 55% lip 26%	Kcal 572 prot 12% gluc 61% lip 27%	Kcal 550 prot 12% gluc 45% lip 43%	Kcal 515 prot 17% gluc 57% lip 26%



## MENÚ ENERO PRIMARIA AYS

PRIMARIA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>SEMANA 2</b>			ENSALADA MEDITERRANEA ARROZ Y GARBANZOS PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA VERDE PATATAS PANADERA CON MERLUZA EN SALSA VERDE PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA DE HORTALIZAS PASTA BOLOÑESA PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 
			Kcal 694 prot 21% gluc 46% lip 34%	Kcal 713 prot 13% gluc 62% lip 26%	Kcal 636 prot 17% gluc 51% lip 32%
<b>SEMANA 3</b>	ENSALADA MEDITERRANEA OLLA GITANA PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	SOPA DE POLLO TORTILLA FRANCESA +  LECHUGA Y QUESO FRESCO PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA DE HORTALIZAS ESPIRALES CON CABALLA Y SALSA DE TOMATE PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 	TOMATE Y LECHUGA COCIDO MURCIANO  PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA CON ATÚN  ARROZ Y MAGRA PAN BLANCO  FRUTA O YOGUR 
	Kcal 694 prot 21% gluc 46% lip 34%	Kcal 740 prot 13% gluc 60% lip 27%	Kcal 740 prot 13% gluc 60% lip 27%	Kcal 736 prot 17% gluc 51% lip 32%	Kcal 696 prot 13% gluc 60% lip 27%
<b>SEMANA 4</b>	ENSALADA DE HORTALIZAS LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS  PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA VERDE ESTOFADO DE TERNERA PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA CON QUESO  PASTA INTEGRAL CON SALMÓN PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 	POTAJE DE ESPINACAS SALCHICHA DE POLLO PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	PURÉ DE CALABAZA POLLO A LA MURCIANA PAN INTEGRAL FRUTA O YOGUR
	Kcal 636 prot 17% gluc 51% lip 32%	Kcal 867 prot 15% gluc 58% lip 28%	Kcal 720 prot 14% gluc 65% lip 21%	Kcal 676 prot 17% gluc 51% lip 32%	Kcal 633 prot 21% gluc 46% lip 34%
<b>SEMANA 5</b>	 ENSALADA CON HUEVO PASTA BOLOÑESA PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	TOMATE Y LECHUGA COCIDO MURCIANO CON  PELOTA  PAN BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA VERDE ARROZ CON POLLO PAN INTEGRAL  FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA DE HORTALIZAS LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS  PAN INTEGRAL FRUTA DEL TIEMPO 	ENSALADA CÉSAR  MERLUZA EN SALSA VERDE PAN BLANCO  FRUTA O YOGUR 
	Kcal 636 prot 17% gluc 51% lip 32%	Kcal 736 prot 17% gluc 51% lip 32%	Kcal 740 prot 13% gluc 60% lip 27%	Kcal 736 prot 17% gluc 51% lip 32%	Kcal 694 prot 21% gluc 46% lip 34%

