

## MENÚ ENERO INFANTIL AYS

INFANTIL	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 2			ENSALADA CÉSAR ARROZ Y GARBANZOS PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE GUIZO DE MERLUZA CON VERDURITAS PAN BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE HORTALIZAS GUIZO 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%
SEMANA 3	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%
SEMANA 4	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 GUIZO 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%
SEMANA 5	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 PAN 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
SEMANA 2			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%
SEMANA 3	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%
SEMANA 4	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%
SEMANA 5	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%

