



**junio 2021**

**Nota:** La fruta habitual corresponde a manzana, pera, naranja y plátano. Sandía y melón en temporada  
La Empresa se reserva el derecho a cambiar algún menú a lo largo del mes sin previo aviso, según las necesidades de producción

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES																																																																																										
	<p><b>01 ENSALADA PRIMAVERA</b> (Lechuga, tomate, preparado de surimi, maíz, zanahoria y aceituna) <b>COCIDO ANDALUZ</b> Garbanzos, patatas, pollo, huesos canilla, judía verdes, zanahoria. <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>47,89g</td><td>123,63g</td><td>26,40g</td><td>12,41g</td><td>2,00g</td><td>2,04g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 796 Kcal</td><td>9a13Años: 240 Kcal</td><td>14a18Años: 271 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	47,89g	123,63g	26,40g	12,41g	2,00g	2,04g	3a8Años: 796 Kcal	9a13Años: 240 Kcal	14a18Años: 271 Kcal				<p><b>02 SOPA DE POLLO</b> Pasta de harina de maíz y harina de arroz, pechuga de pollo, patata, zanahoria. <b>BACALAO AL HORNO CON LECHUGA Y TOMAT</b>  <b>PAN INTEGRAL <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>63,86g</td><td>149,71g</td><td>19,65g</td><td>8,66g</td><td>6,30g</td><td>3,50g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 029 Kcal</td><td>9a13Años: 137 Kcal</td><td>14a18Años: 142 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	63,86g	149,71g	19,65g	8,66g	6,30g	3,50g	3a8Años: 029 Kcal	9a13Años: 137 Kcal	14a18Años: 142 Kcal				<p><b>03 CREMA DE CALABACÍN</b> Patata, calabacín, cebollas  <b>LOMO ASADO CON PATATAS</b>  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>7,50g</td><td>65,45g</td><td>19,40g</td><td>7,04g</td><td>0,98g</td><td>1,71g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 344 Kcal</td><td>9a13Años: 162 Kcal</td><td>14a18Años: 190 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	7,50g	65,45g	19,40g	7,04g	0,98g	1,71g	3a8Años: 344 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				<p><b>04 HABICHUELAS CON VERDURAS</b> (legumbres, tomate, patata, zanahoria, pimienta y cebolla)  <b>MERLUZA AL HORNO EN SALSA VERDE</b> (Pescado, cebolla, pimienta morron, champiñón, perejil)  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>29,44g</td><td>89,08g</td><td>18,03g</td><td>14,66g</td><td>2,21g</td><td>2,18g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 594 Kcal</td><td>9a13Años: 773 Kcal</td><td>14a18Años: 883 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	29,44g	89,08g	18,03g	14,66g	2,21g	2,18g	3a8Años: 594 Kcal	9a13Años: 773 Kcal	14a18Años: 883 Kcal																					
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
47,89g	123,63g	26,40g	12,41g	2,00g	2,04g																																																																																									
3a8Años: 796 Kcal	9a13Años: 240 Kcal	14a18Años: 271 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
63,86g	149,71g	19,65g	8,66g	6,30g	3,50g																																																																																									
3a8Años: 029 Kcal	9a13Años: 137 Kcal	14a18Años: 142 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
7,50g	65,45g	19,40g	7,04g	0,98g	1,71g																																																																																									
3a8Años: 344 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
29,44g	89,08g	18,03g	14,66g	2,21g	2,18g																																																																																									
3a8Años: 594 Kcal	9a13Años: 773 Kcal	14a18Años: 883 Kcal																																																																																												
<p><b>07 ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> (Arroz y salsa de tomate)  <b>HAMBURGUESA DE POLLO C/ LECHUGA Y TOM</b>  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>7,58g</td><td>70,59g</td><td>17,64g</td><td>9,08g</td><td>0,99g</td><td>2,29g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 381 Kcal</td><td>9a13Años: 482 Kcal</td><td>14a18Años: 556 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	7,58g	70,59g	17,64g	9,08g	0,99g	2,29g	3a8Años: 381 Kcal	9a13Años: 482 Kcal	14a18Años: 556 Kcal				<p><b>08 LENTEJAS CON VERDURAS</b> (legumbre, tomate, patata, zanahoria, pimienta y cebolla )  <b>BACALAO AL HORNO CON TOMATE Y AJITOS</b> (Pescado, tomate frito, pimienta morron)  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>46,28g</td><td>87,80g</td><td>21,60g</td><td>16,32g</td><td>2,10g</td><td>2,64g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 613 Kcal</td><td>9a13Años: 762 Kcal</td><td>14a18Años: 909 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	46,28g	87,80g	21,60g	16,32g	2,10g	2,64g	3a8Años: 613 Kcal	9a13Años: 762 Kcal	14a18Años: 909 Kcal				<p><b>09 SOPA DE ARROZ</b> Sopa de arroz (arroz, patata, gallina, zanahoria y cebolla)  <b>CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON PATATA</b> Cinta de lomo, patata, ..  <b>PAN INTEGRAL <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>57,17g</td><td>65,51g</td><td>31,52g</td><td>22,70g</td><td>9,48g</td><td>1,20g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 693 Kcal</td><td>9a13Años: 137 Kcal</td><td>14a18Años: 142 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	57,17g	65,51g	31,52g	22,70g	9,48g	1,20g	3a8Años: 693 Kcal	9a13Años: 137 Kcal	14a18Años: 142 Kcal				<p><b>10 PICADILLO DE PATATA (A)</b> (Patata, judías verdes, zanahoria, maíz, atún)  <b>POLLO AL AJILLO CON CHAMPIÑÓN</b> (muslo de pollo, champiñón y ajo)  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>42,10g</td><td>74,73g</td><td>18,43g</td><td>18,19g</td><td>3,77g</td><td>1,83g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 609 Kcal</td><td>9a13Años: 410 Kcal</td><td>14a18Años: 500 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	42,10g	74,73g	18,43g	18,19g	3,77g	1,83g	3a8Años: 609 Kcal	9a13Años: 410 Kcal	14a18Años: 500 Kcal				<p><b>11 CREMA DE VERDURAS</b> Patata, cebolla, zanahoria, calabacín.  <b>SALMÓN AL HORNO CON LECHUGA Y MAÍZ</b> (Pescado, lechuga y maíz)  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>17,77g</td><td>60,79g</td><td>21,45g</td><td>21,02g</td><td>3,15g</td><td>2,15g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 491 Kcal</td><td>9a13Años: 424 Kcal</td><td>14a18Años: 485 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	17,77g	60,79g	21,45g	21,02g	3,15g	2,15g	3a8Años: 491 Kcal	9a13Años: 424 Kcal	14a18Años: 485 Kcal			
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
7,58g	70,59g	17,64g	9,08g	0,99g	2,29g																																																																																									
3a8Años: 381 Kcal	9a13Años: 482 Kcal	14a18Años: 556 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
46,28g	87,80g	21,60g	16,32g	2,10g	2,64g																																																																																									
3a8Años: 613 Kcal	9a13Años: 762 Kcal	14a18Años: 909 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
57,17g	65,51g	31,52g	22,70g	9,48g	1,20g																																																																																									
3a8Años: 693 Kcal	9a13Años: 137 Kcal	14a18Años: 142 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
42,10g	74,73g	18,43g	18,19g	3,77g	1,83g																																																																																									
3a8Años: 609 Kcal	9a13Años: 410 Kcal	14a18Años: 500 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
17,77g	60,79g	21,45g	21,02g	3,15g	2,15g																																																																																									
3a8Años: 491 Kcal	9a13Años: 424 Kcal	14a18Años: 485 Kcal																																																																																												
<p><b>14 ENSALADA MIXTA (A)</b> Lechuga, tomate natural, zanahoria, maíz, pescado.  <b>ESPAGUETIS MAIZ CON TOMATE</b> Pasta de harina de maíz y arroz, tomate y pollo.  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>12,35g</td><td>76,94g</td><td>16,10g</td><td>4,17g</td><td>2,88g</td><td>1,47g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 499 Kcal</td><td>9a13Años: 162 Kcal</td><td>14a18Años: 190 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	12,35g	76,94g	16,10g	4,17g	2,88g	1,47g	3a8Años: 499 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				<p><b>15 CREMA DE ZANAHORIAS</b>  <b>CARNE EN SALSA TOMATE CON PATATA COCI</b>  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>35,47g</td><td>71,90g</td><td>22,77g</td><td>69,99g</td><td>18,37g</td><td>4,02g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 053 Kcal</td><td>9a13Años: 162 Kcal</td><td>14a18Años: 190 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	35,47g	71,90g	22,77g	69,99g	18,37g	4,02g	3a8Años: 053 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				<p><b>16 LENTEJAS CON VERDURAS</b> (legumbre, tomate, patata, zanahoria, pimienta y cebolla )  <b>CROQUETAS DE MERLUZA CON TOMATE NATU</b> Patata, merluza, tomate.  <b>PAN INTEGRAL <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>32,16g</td><td>87,93g</td><td>20,04g</td><td>10,71g</td><td>1,50g</td><td>1,16g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 561 Kcal</td><td>9a13Años: 510 Kcal</td><td>14a18Años: 595 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	32,16g	87,93g	20,04g	10,71g	1,50g	1,16g	3a8Años: 561 Kcal	9a13Años: 510 Kcal	14a18Años: 595 Kcal				<p><b>17 SOPA DE CAZUELA</b> Pescado, cebollas, tomate, pimientos verdes, pasta de harina de maíz y harina de arroz. <b>PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON JUDÍAS</b> Pechuga de pollo, judías planas.  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>32,06g</td><td>61,22g</td><td>18,46g</td><td>13,64g</td><td>2,67g</td><td>2,22g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 515 Kcal</td><td>9a13Años: 352 Kcal</td><td>14a18Años: 421 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	32,06g	61,22g	18,46g	13,64g	2,67g	2,22g	3a8Años: 515 Kcal	9a13Años: 352 Kcal	14a18Años: 421 Kcal				<p><b>18 POTAJE DE GARBANZOS</b> (legumbre, tomate, patata, zanahoria, pimienta y cebolla)  <b>MERLUZA AL HORNO CON PISTO</b> (Pescado, calabacín, berenjena, patata, cebolla y pimienta ) <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>36,14g</td><td>84,21g</td><td>20,77g</td><td>22,25g</td><td>2,97g</td><td>1,75g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 681 Kcal</td><td>9a13Años: 809 Kcal</td><td>14a18Años: 985 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	36,14g	84,21g	20,77g	22,25g	2,97g	1,75g	3a8Años: 681 Kcal	9a13Años: 809 Kcal	14a18Años: 985 Kcal			
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
12,35g	76,94g	16,10g	4,17g	2,88g	1,47g																																																																																									
3a8Años: 499 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
35,47g	71,90g	22,77g	69,99g	18,37g	4,02g																																																																																									
3a8Años: 053 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
32,16g	87,93g	20,04g	10,71g	1,50g	1,16g																																																																																									
3a8Años: 561 Kcal	9a13Años: 510 Kcal	14a18Años: 595 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
32,06g	61,22g	18,46g	13,64g	2,67g	2,22g																																																																																									
3a8Años: 515 Kcal	9a13Años: 352 Kcal	14a18Años: 421 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
36,14g	84,21g	20,77g	22,25g	2,97g	1,75g																																																																																									
3a8Años: 681 Kcal	9a13Años: 809 Kcal	14a18Años: 985 Kcal																																																																																												
<p><b>21 ARROZ CON DELICIAS</b> Arroz, pescado, zanahoria, maíz, ajos.  <b>ATUN EN SALSA DE TOMATE</b> (Pescado, cebolla, salsa de tomate)  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>38,12g</td><td>163,01g</td><td>23,50g</td><td>31,88g</td><td>5,37g</td><td>2,55g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 062 Kcal</td><td>9a13Años: 409 Kcal</td><td>14a18Años: 499 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	38,12g	163,01g	23,50g	31,88g	5,37g	2,55g	3a8Años: 062 Kcal	9a13Años: 409 Kcal	14a18Años: 499 Kcal				<p><b>22 MACARRONES DE ARROZ CON ATÚN</b> Pasta de harina de maíz y harina de arroz, tomate, cebolla y ajos, pescado. <b>ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA (A)</b> Albóndiga (patata, pollo, ajo), tomate y zanahoria.  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>22,62g</td><td>84,09g</td><td>19,81g</td><td>28,85g</td><td>6,17g</td><td>1,69g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 772 Kcal</td><td>9a13Años: 162 Kcal</td><td>14a18Años: 190 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	22,62g	84,09g	19,81g	28,85g	6,17g	1,69g	3a8Años: 772 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				<p><b>23 PATATA GUISADA C/ POLLO (A)</b> Patatas, pollo, zanahoria, pimientos, tomate, cebollas, ajos. <b>BACALAO AL HORNO CON TOMATE Y AJITOS</b> (Pescado, tomate frito, pimienta morron)  <b>PAN INTEGRAL <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>33,93g</td><td>58,69g</td><td>17,76g</td><td>44,75g</td><td>13,02g</td><td>2,92g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 703 Kcal</td><td>9a13Años: 365 Kcal</td><td>14a18Años: 408 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	33,93g	58,69g	17,76g	44,75g	13,02g	2,92g	3a8Años: 703 Kcal	9a13Años: 365 Kcal	14a18Años: 408 Kcal				<p><b>24 PICADILLO DE TOMATE</b> (Tomate y pescado)  <b>COCIDO ANDALUZ</b> Garbanzos, patatas, pollo, huesos canilla, judía verdes, zanahoria. <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>51,18g</td><td>119,84g</td><td>23,39g</td><td>25,81g</td><td>4,01g</td><td>2,19g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 888 Kcal</td><td>9a13Años: 349 Kcal</td><td>14a18Años: 406 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	51,18g	119,84g	23,39g	25,81g	4,01g	2,19g	3a8Años: 888 Kcal	9a13Años: 349 Kcal	14a18Años: 406 Kcal				<p><b>25 CREMA DE CALABACÍN</b> Patata, calabacín, cebollas  <b>SALMÓN AL HORNO CON LECHUGA Y MAÍZ</b> (Pescado, lechuga y maíz)  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>18,10g</td><td>66,43g</td><td>20,29g</td><td>18,25g</td><td>2,75g</td><td>2,15g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 491 Kcal</td><td>9a13Años: 424 Kcal</td><td>14a18Años: 485 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	18,10g	66,43g	20,29g	18,25g	2,75g	2,15g	3a8Años: 491 Kcal	9a13Años: 424 Kcal	14a18Años: 485 Kcal			
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
38,12g	163,01g	23,50g	31,88g	5,37g	2,55g																																																																																									
3a8Años: 062 Kcal	9a13Años: 409 Kcal	14a18Años: 499 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
22,62g	84,09g	19,81g	28,85g	6,17g	1,69g																																																																																									
3a8Años: 772 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
33,93g	58,69g	17,76g	44,75g	13,02g	2,92g																																																																																									
3a8Años: 703 Kcal	9a13Años: 365 Kcal	14a18Años: 408 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
51,18g	119,84g	23,39g	25,81g	4,01g	2,19g																																																																																									
3a8Años: 888 Kcal	9a13Años: 349 Kcal	14a18Años: 406 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
18,10g	66,43g	20,29g	18,25g	2,75g	2,15g																																																																																									
3a8Años: 491 Kcal	9a13Años: 424 Kcal	14a18Años: 485 Kcal																																																																																												
<p><b>28 LENTEJAS CON VERDURAS</b> (legumbre, tomate, patata, zanahoria, pimienta y cebolla )  <b>CAELLA AL HORNO CON PATATAS PANADERA</b> Pescado y patata  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>36,34g</td><td>88,67g</td><td>19,83g</td><td>18,39g</td><td>2,68g</td><td>1,37g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 655 Kcal</td><td>9a13Años: 792 Kcal</td><td>14a18Años: 919 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	36,34g	88,67g	19,83g	18,39g	2,68g	1,37g	3a8Años: 655 Kcal	9a13Años: 792 Kcal	14a18Años: 919 Kcal				<p><b>29 CREMA DE CALABAZA</b>  <b>SALCHICHAS DE POLLO CON ZANAHORIA (A)</b> Salchicha (patata, pollo, ajo), zanahoria.  <b>PAN BLANCO <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>31,72g</td><td>86,77g</td><td>24,09g</td><td>52,87g</td><td>8,54g</td><td>2,37g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 938 Kcal</td><td>9a13Años: 162 Kcal</td><td>14a18Años: 190 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	31,72g	86,77g	24,09g	52,87g	8,54g	2,37g	3a8Años: 938 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal				<p><b>30 ENSALADA DE HÉLICES C/ TOMATE Y ES</b>  <b>MERLUZA AL HORNO CON PISTO</b> (Pescado, calabacín, berenjena, patata, cebolla y pimienta ) <b>PAN INTEGRAL <a href="#">Sugerencia para Cena</a></b> FRUTA</p> <table border="1"> <tr><th>Proteína</th><th>H.Carb.</th><th>A.z</th><th>Grasas</th><th>A.g.s.</th><th>Sal</th></tr> <tr><td>20,17g</td><td>33,17g</td><td>16,27g</td><td>13,16g</td><td>1,95g</td><td>0,85g</td></tr> <tr><td>3a8Años: 330 Kcal</td><td>9a13Años: 417 Kcal</td><td>14a18Años: 500 Kcal</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal	20,17g	33,17g	16,27g	13,16g	1,95g	0,85g	3a8Años: 330 Kcal	9a13Años: 417 Kcal	14a18Años: 500 Kcal				<p><b>Practica Deporte en Niños</b></p>  																																					
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
36,34g	88,67g	19,83g	18,39g	2,68g	1,37g																																																																																									
3a8Años: 655 Kcal	9a13Años: 792 Kcal	14a18Años: 919 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
31,72g	86,77g	24,09g	52,87g	8,54g	2,37g																																																																																									
3a8Años: 938 Kcal	9a13Años: 162 Kcal	14a18Años: 190 Kcal																																																																																												
Proteína	H.Carb.	A.z	Grasas	A.g.s.	Sal																																																																																									
20,17g	33,17g	16,27g	13,16g	1,95g	0,85g																																																																																									
3a8Años: 330 Kcal	9a13Años: 417 Kcal	14a18Años: 500 Kcal																																																																																												