

C.MADRE MARIA ROSA MOLAS FEBRERO 2025 CELIACO



LUNES 27	MARTES 28	MIERCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
gia: , Lipidos: , Ácidos Grasos Saturados: , Hidratos de carbono:	: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: Valoración calculada según Docun	nento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 201	0 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.	
LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Paella mixta (pollo, calamar, cebolla, tomate y pimiento)	Crema de judía verde, patata y zanahoria	Pasta con verduras	Sopa casera de pollo	Garbanzos estofados con zanahoria, cebolla y ajo
acalao al orio con rodaja de	Magra con torreto	Tortilla de jamón serrano con	Pechuga de pollo a la plancha	Limanda a la plancha con
tomate natural	Magro con tomate	ensalada de lechuga y maíz	con ensalada de lechuga y zanahoria	lechuga
	(4)		Ö	
Fruta	Fruta	Yogur	Fruta	Fruta
gia: 606 kcal . Lipidos: 26,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 6,4 g . F	Hidratos de carbono: 54,8 g . Azúcares: 19,2 g . Proteinas: 32,5 g . Sal:	3,0 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
uisantes con jamón y patatas				
dado	Acelgas rehogadas con jamón	Arroz blanco con tomate	Pasta con verduras	Crema de zanahoria
	Ö			
Ichichas frescas de cerdo con	Muslo de pollo asado en su jugo	Ventresca de merluza a la	Estofado de pavo en salsa hortelana	Tortilla de patata con ensala
tomate y pimientos asados	(sx.)	plancha con lechuga	(quisante.champiñón,zanahoria)	
Fruta	F	.,	- .	Eruto
Trata	Fruta	Yogur	Fruta	Fruta
	Fruta	Yogur	Fruta	Fluta
		0	Fruta Fruta Indiana de Pris Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	
gla: 693 kcal , Lipidos: 41,3 g , Ácidos Grasos Saturados: 8,4 g , F	lidratos de carbono: 50,2 g . Azúcares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal:	2,7 g Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia.
gla: 693 kcal , Lipidos: 41,3 g , Ácidos Grasos Saturados: 8,4 g , P	Idratos de carbono: 50,2 g . Azúcares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal: MARTES 18	0		con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21
gla: 693 kcal , Lipidos: 41,3 g , Ácidos Grasos Saturados: 8,4 g , F	lidratos de carbono: 50,2 g . Azúcares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal:	2,7 g Yaloración calculada según Documento de Consenso sobre la . MIERCOLES 19	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años	con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.
gla: 693 kcal , Lipidos: 41,3 g , Acidos Grasos Saturados: 8,4 g , P LUNES 17 Judía verde con patata	Idratos de carbono: 50,2 g . Azúcares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal: MARTES 18	2,7 g , Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la: MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras	alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde,	con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21
gla: 693 kcal . Lipidos: 41,3 g . Acidos Grasos Saturados: 8.4 g . P LUNES 17 Judía verde con patata chuga de pollo a la plancha	Idratos de carbono: 50,2 g . Azicares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoría Tortilla de jamón York con	vien recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con
gla: 693 kcal , Lipidos: 41,3 g , Ácidos Grasos Saturados: 8,4 g , P LUNES 17 Judía verde con patata chuga de pollo a la plancha	Idratos de carbono: 50,2 g . Azücares: 19,3 g . Proteinas: 27,0 g . Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoria	vien recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con
gla: 693 kcal , Lipidos: 41,3 g , Acidos Grasos Saturados: 8,4 g , P LUNES 17 Judía verde con patata chuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y	Idratos de carbono: 50,2 g . Azicares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoría Tortilla de jamón York con	vien recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con
gla: 693 kcal , Lipidos: 41,3 g , Acidos Grasos Saturados: 8,4 g , P LUNES 17 Judía verde con patata chuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y	Idratos de carbono: 50,2 g . Azücares: 19,3 g . Proteinas: 27,0 g . Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoría Tortilla de jamón York con	vien recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con
Judía verde con patata Lunga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria	Idratos de carbono: 50,2 g. Azücares: 19,3 g. Proteinas: 27,0 g. Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos rojos asados	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoria Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoria	Con recomendaciones de 2,279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz
gla: 693 kcal . Lipidos: 41,3 g . Acidos Grasos Saturados: 8,4 g . h LUNES 17 Judía verde con patata con ensalada de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta	Idratos de carbono: 50,2 g. Azücares: 19,3 g. Proteinas: 27,0 g. Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada Fruta	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos rojos asados	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoria Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoria	Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz
gla: 693 kcal . Lipidos: 41,3 g . Acidos Grasos Saturados: 8,4 g . h LUNES 17 Judía verde con patata con ensalada de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta	Idratos de carbono: 50,2 g. Azücares: 19,3 g. Proteinas: 27,0 g. Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada Fruta	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos rojos asados	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoria Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur	Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz
gla: 693 kcal . Lipidos: 41,3 g . Acidos Grasos Saturados: 8,4 g . P. LUNES 17 Judía verde con patata con ensalada de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta gla: 505 kcal . Lipidos: 22,7 g . Acidos Grasos Saturados: 5,9 g . P. LUNES 24	Idratos de carbono: 50,2 g . Azúcares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada Fruta Idratos de carbono: 46,1 g . Azúcares: 18,7 g . Proteínas: 24,8 g . Sal: MARTES 25	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos rojos asados Fruta MIERCOLES 26	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoria Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur JUEVES 27 Crema de verduras (2010 para un niño de 9-13 años	Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 28
gla: 693 kcal . Lipidos: 41,3 g . Acidos Grasos Saturados: 8,4 g . P. LUNES 17 Judía verde con patata echuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta gla: 505 kcal . Lipidos: 22,7 g . Acidos Grasos Saturados: 5,9 g . P.	Idratos de carbono: 50,2 g . Azúcares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada Fruta Fruta	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos rojos asados Fruta Fruta	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoria Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur JUEVES 27	Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 28
gla: 693 kcal . Lipidos: 41,3 g . Acidos Grasos Saturados: 8,4 g . P. LUNES 17 Judía verde con patata con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Fruta gla: 505 kcal . Lipidos: 22,7 g . Acidos Grasos Saturados: 5,9 g . P. LUNES 24 Judía verde con patata	Idratos de carbono: 50,2 g . Azúcares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada Fruta Fruta MARTES 25 Paella de marisco	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos rojos asados Fruta Fruta MIERCOLES 26 Acelgas al estilo casero	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoría Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoría Yogur JUEVES 27 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoría)	Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta VIERNES 28 Macarrones a la boloñesa (*
gla: 693 kcal . Lipidos: 41,3 g . Acidos Grasos Saturados: 8,4 g . P. LUNES 17 Judía verde con patata con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Fruta gla: 505 kcal . Lipidos: 22,7 g . Acidos Grasos Saturados: 5,9 g . P. LUNES 24 Judía verde con patata duslo de pollo asado al limón	Idratos de carbono: 50,2 g . Azúcares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada Fruta Fruta MARTES 25 Paella de marisco Lomo adobado a la plancha con	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos rojos asados Fruta MIERCOLES 26 Acelgas al estilo casero Merluza al horno con ensalada	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoria Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur JUEVES 27 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoria) Yogur Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoria	Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta VIERNES 28 Macarrones a la boloñesa (* Limanda a la plancha con
gla: 693 kcal . Lipidos: 41,3 g . Acidos Grasos Saturados: 8.4 g . P. LUNES 17 Judía verde con patata echuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Fruta LUNES 24 Judía verde con patata duslo de pollo asado al limón con lechuga	Idratos de carbono: 50,2 g. Azücares: 19,3 g. Proteinas: 27,0 g. Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada Fruta MARTES 25 Paella de marisco Demo adobado a la plancha con ensalada	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos rojos asados Fruta Fruta MIERCOLES 26 Acelgas al estilo casero	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoria Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur JUEVES 27 Crema de verduras Educativos 2010 para un niño de 9-13 años JUEVES 27 Crema de verduras (judia verde, calabacín, puerro) Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y maíz	Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta VIERNES 28 Macarrones a la boloñesa (*
LUNES 17 Judía verde con patata Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Fruta LUNES 24 Judía verde con patata	Idratos de carbono: 50,2 g . Azúcares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada Fruta Fruta MARTES 25 Paella de marisco Demo adobado a la plancha con ensalada Como adobado a la plancha con ensalada	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos rojos asados Fruta MIERCOLES 26 Acelgas al estilo casero Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoría Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoría Yogur JUEVES 27 Crema de verduras čjudía verde, patata y zanahoría	Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dis. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta VIERNES 28 Macarrones a la boloñesa (* Limanda a la plancha con lechuga (*) Limanda a la plancha con lechuga
LUNES 17 Judía verde con patata echuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Fruta LUNES 24 Judía verde con patata	Idratos de carbono: 50,2 g. Azücares: 19,3 g. Proteinas: 27,0 g. Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada Fruta MARTES 25 Paella de marisco Demo adobado a la plancha con ensalada	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos rojos asados Fruta MIERCOLES 26 Acelgas al estilo casero Merluza al horno con ensalada	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoria Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur JUEVES 27 Crema de verduras Educativos 2010 para un niño de 9-13 años JUEVES 27 Crema de verduras (judia verde, calabacín, puerro) Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y maíz	Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dia. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta VIERNES 28 Macarrones a la boloñesa (* Limanda a la plancha con
gla: 693 kcal . Lipidos: 41,3 g . Acidos Grasos Saturados: 8,4 g . P. LUNES 17 Judía verde con patata echuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta gla: 505 kcal . Lipidos: 22,7 g . Acidos Grasos Saturados: 5,9 g . P. LUNES 24 Judía verde con patata luslo de pollo asado al limón con lechuga	Idratos de carbono: 50,2 g . Azúcares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada Fruta Fruta MARTES 25 Paella de marisco Demo adobado a la plancha con ensalada Como adobado a la plancha con ensalada	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos rojos asados Fruta MIERCOLES 26 Acelgas al estilo casero Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoría Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoría Yogur JUEVES 27 Crema de verduras čjudía verde, patata y zanahoría	Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dis. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta VIERNES 28 Macarrones a la boloñesa (* Limanda a la plancha con lechuga (*) Limanda a la plancha con lechuga
Judía verde con patata con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta LUNES 24 Judía verde con patata in the state of the	Idratos de carbono: 50,2 g . Azúcares: 19,3 g . Proteínas: 27,0 g . Sal: MARTES 18 Sopa casera de pollo Cinta de lomo de cerdo plancha con ensalada Fruta Fruta MARTES 25 Paella de marisco Paella de marisco Fruta Fruta	MIERCOLES 19 Alubias blancas con verduras (cebolla,zanahoria,calabacin) Limanda al horno con pimientos rojos asados Fruta MIERCOLES 26 Acelgas al estilo casero Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz	JUEVES 20 Crema de verduras (judía verde, patata y zanahoría Tortilla de jamón York con ensalada de lechuga y zanahoría Yogur JUEVES 27 Crema de verduras čjudía verde, patata y zanahoría	Con recomendaciones de 2.279 Kcal/dis. VIERNES 21 Arroz blanco con tomate Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta Fruta VIERNES 28 Macarrones a la boloñesa (* Limanda a la plancha con lechuga Fruta