

## Colegio La Presentación

usuario: la\_presentacion  
contraseña: 1228\_la\_presentacion

Abril - 2026 MENU MENSUAL LA PRESENTACION

### FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma, Pera  
Maduixot, Taronja

\*El menú inclou 1 ració de pa

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 1228

### VALOR DIFERENCIADOR



### AL·LÈRGENS



Menú	1	2	3	6	7	8	9	10	13	14	15	16	17	20	21	22	23	24	27	28	29	30			
E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E		
1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º	1º		
2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º	2º		
P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P		
S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S		
	Nachos amb formatge KCAL 775,29 FROT 32,39g CA 198,26mg FE 5,53mg HDC 85,71g LIP 38,11g	Festiu	Festiu	Festiu	Festiu	Festiu	Festiu	Festiu	Ensalada de verdures de temporada KCAL 590,26 FROT 24,76g CA 187,44mg FE 4,10mg HDC 89,03g LIP 29,01g	Ensalada de verdures de temporada KCAL 771,19 FROT 30,92g CA 301,55mg FE 5,17mg HDC 105,61g LIP 25,50g	Sopa d'estrelletes KCAL 777,32 FROT 41,27g CA 97,77mg FE 5,17mg HDC 87,16g LIP 41,12g	Ensalada de verdures de temporada KCAL 696,07 FROT 32,37g CA 352,38mg FE 6,72mg HDC 97,85g LIP 18,87g	Ensalada de verdures de temporada KCAL 523,91 FROT 18,44g CA 133,32mg FE 5,48mg HDC 61,81g LIP 34,85g	Ensalada de verdures de temporada KCAL 921,37 FROT 48,81g CA 157,15mg FE 9,02mg HDC 99,17g LIP 36,07g	Ensalada de verdures de temporada KCAL 757,97 FROT 29,28g CA 261,65mg FE 6,75mg HDC 100,71g LIP 26,88g	Ensalada de verdures de temporada KCAL 707,98 FROT 27,42g CA 118,93mg FE 6,33mg HDC 64,52g LIP 54,67g	Ensalada fresca de temporada amb fruita KCAL 734,49 FROT 29,24g CA 284,09mg FE 4,58mg HDC 95,65g LIP 26,05g	Ensalada de verdures de temporada KCAL 698,36 FROT 27,28g CA 295,22mg FE 3,98mg HDC 82,97g LIP 28,11g	Festiu	Festiu	Festiu	Festiu	Ensalada fresca ecològica KCAL 752,31 FROT 45,20g CA 163,27mg FE 8,96mg HDC 98,94g LIP 24,22g	Ensalada de verdures de temporada KCAL 698,36 FROT 27,28g CA 295,22mg FE 3,98mg HDC 82,97g LIP 28,11g	
	Rabes enfarinades amb salsa tàrtara cassolana Paella valenciana (pollastre de camp, carxofes naturals) Gelats Sopa de verdures Carn blanca magra /Fruita								Pasta a la italiana Suprema de lluç amb verdures Fruita Carabasseta a la plantxa Carn d'au /Fruita	Potatge de cigrons amb bledes Truita de creïlles amb formatge fresc Fruita Crema de porro Quiche de verdures /Fruita	Aletes de pollastre a la mel i llima amb panolla Fruita Fesols tendres ofegats Peix al papillote /Fruita	Calamars (Infantil: Lluç) amb salsa de tomaca casolana Arròs amb mongetes i verdures de temporada Iogurt Amanida completa Broquetes de titot /Fruita	Crema de verdures de temporada Llom en salsa amb cous cous Fruita Carabasseta a la plantxa Peix blanc /Fruita	Lentilles amb verdures de temporada Titot al curri amb arròs pilaf integral Fruita Minestra saltejada Peix a la llima /Fruita	Espaguetis integrals a la napolitana Bacallà amb salsa verda amb bròquil Fruita Xips de moniato al forn Mandonguilles de pollastre /Fruita	Crema de verdures de temporada amb tostons integrals Escalopets de llom planxa amb creïlles Fruita Péssols amb perrill i ceba Peix blanc /Fruita	Ensalada russa amb ou i tonyina Arròs amb pollastre de corral i alvocat Iogurt Panolla amb sal Carn roja magra /Fruita	Festiu	Festiu	Festiu	Festiu	Ensalada de verdures de temporada Arròs a la cubana (tomaca i ou) Abadejo cruixent casolà amb verdures Iogurt Creïlles cuites Hamburguesa de pollastre i bròcoli /Fruita	Festiu	Ensalada de verdures de temporada Bajoqueta saltejada Peix blau /Fruita	Ensalada de verdures de temporada Arròs a la cubana (tomaca i ou) Abadejo cruixent casolà amb verdures Iogurt Creïlles cuites Hamburguesa de pollastre i bròcoli /Fruita

## Colegio La Presentación

usuario: la\_presentacion  
contraseña: 1228\_la\_presentacion

Abril - 2026 MENU MENSUAL LA PRESENTACION

### FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera  
Fresón, Naranja

\*El menú incluye 1 ración de pan

DESCARGA NUESTRA APP



TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 1228

### VALOR DIFERENCIADOR



### ALERGENOS



<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>FROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td>HDC</td></tr> <tr><td>LIP</td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º	FROT	2º	CA	P	FE	S	HDC	LIP	LIP	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>FROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td>HDC</td></tr> <tr><td>LIP</td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º	FROT	2º	CA	P	FE	S	HDC	LIP	LIP	<table border="1"> <tr><td>1</td><td>E</td><td>Nachos con queso</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Rabas enharinadas con salsa tártara casera</td><td>775,29</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales)</td><td>32,39g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Helado</td><td>198,26mg</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Sopa de verduras</td><td>5,53mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carne blanca magra /Fruta</td><td>85,71g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>38,11g</td></tr> </table>	1	E	Nachos con queso	KCAL		1º	Rabas enharinadas con salsa tártara casera	775,29		2º	Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales)	32,39g		P	Helado	198,26mg	S		Sopa de verduras	5,53mg			Carne blanca magra /Fruta	85,71g				38,11g	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>FROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td>HDC</td></tr> <tr><td>LIP</td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º	FROT	2º	CA	P	FE	S	HDC	LIP	LIP	<table border="1"> <tr><td>3</td><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Festivo</td><td>FROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	3	E	Festivo	KCAL		1º	Festivo	FROT		2º		CA		P		FE	S			HDC				LIP																																																				
E	KCAL																																																																																																																																															
1º	FROT																																																																																																																																															
2º	CA																																																																																																																																															
P	FE																																																																																																																																															
S	HDC																																																																																																																																															
LIP	LIP																																																																																																																																															
E	KCAL																																																																																																																																															
1º	FROT																																																																																																																																															
2º	CA																																																																																																																																															
P	FE																																																																																																																																															
S	HDC																																																																																																																																															
LIP	LIP																																																																																																																																															
1	E	Nachos con queso	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Rabas enharinadas con salsa tártara casera	775,29																																																																																																																																													
	2º	Paella valenciana (pollo de campo, alcachofas naturales)	32,39g																																																																																																																																													
	P	Helado	198,26mg																																																																																																																																													
S		Sopa de verduras	5,53mg																																																																																																																																													
		Carne blanca magra /Fruta	85,71g																																																																																																																																													
			38,11g																																																																																																																																													
E	KCAL																																																																																																																																															
1º	FROT																																																																																																																																															
2º	CA																																																																																																																																															
P	FE																																																																																																																																															
S	HDC																																																																																																																																															
LIP	LIP																																																																																																																																															
3	E	Festivo	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Festivo	FROT																																																																																																																																													
	2º		CA																																																																																																																																													
	P		FE																																																																																																																																													
S			HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
<table border="1"> <tr><td>6</td><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Festivo</td><td>FROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	6	E	Festivo	KCAL		1º	Festivo	FROT		2º		CA		P		FE	S			HDC				LIP	<table border="1"> <tr><td>7</td><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Festivo</td><td>FROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	7	E	Festivo	KCAL		1º	Festivo	FROT		2º		CA		P		FE	S			HDC				LIP	<table border="1"> <tr><td>8</td><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Festivo</td><td>FROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	8	E	Festivo	KCAL		1º	Festivo	FROT		2º		CA		P		FE	S			HDC				LIP	<table border="1"> <tr><td>9</td><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Festivo</td><td>FROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	9	E	Festivo	KCAL		1º	Festivo	FROT		2º		CA		P		FE	S			HDC				LIP	<table border="1"> <tr><td>10</td><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Festivo</td><td>FROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	10	E	Festivo	KCAL		1º	Festivo	FROT		2º		CA		P		FE	S			HDC				LIP																				
6	E	Festivo	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Festivo	FROT																																																																																																																																													
	2º		CA																																																																																																																																													
	P		FE																																																																																																																																													
S			HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
7	E	Festivo	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Festivo	FROT																																																																																																																																													
	2º		CA																																																																																																																																													
	P		FE																																																																																																																																													
S			HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
8	E	Festivo	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Festivo	FROT																																																																																																																																													
	2º		CA																																																																																																																																													
	P		FE																																																																																																																																													
S			HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
9	E	Festivo	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Festivo	FROT																																																																																																																																													
	2º		CA																																																																																																																																													
	P		FE																																																																																																																																													
S			HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
10	E	Festivo	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Festivo	FROT																																																																																																																																													
	2º		CA																																																																																																																																													
	P		FE																																																																																																																																													
S			HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
<table border="1"> <tr><td>13</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Caracolas a la italiana</td><td>590,26</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Suprema de merluza con verduras</td><td>24,76g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>187,44mg</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Calabacín a la plancha</td><td>4,10mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carne de ave /Fruta</td><td>89,03g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>29,01g</td></tr> </table>	13	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Caracolas a la italiana	590,26		2º	Suprema de merluza con verduras	24,76g		P	Fruta	187,44mg	S		Calabacín a la plancha	4,10mg			Carne de ave /Fruta	89,03g				29,01g	<table border="1"> <tr><td>14</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Potaje de garbanzos con acelgas</td><td>771,19</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Tortilla de patata con queso fresco</td><td>30,92g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>301,55mg</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Crema de puerros</td><td>10,31mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Quiche de verduras /Fruta</td><td>105,61g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>25,50g</td></tr> </table>	14	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Potaje de garbanzos con acelgas	771,19		2º	Tortilla de patata con queso fresco	30,92g		P	Fruta	301,55mg	S		Crema de puerros	10,31mg			Quiche de verduras /Fruta	105,61g				25,50g	<table border="1"> <tr><td>15</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Sopa de estrellas</td><td>777,32</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Alitas de pollo a la miel y limón con mazorca de maíz</td><td>41,27g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>97,77mg</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Judías verdes rehogadas</td><td>5,17mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Pescado al papillote /Fruta</td><td>87,16g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>41,12g</td></tr> </table>	15	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Sopa de estrellas	777,32		2º	Alitas de pollo a la miel y limón con mazorca de maíz	41,27g		P	Fruta	97,77mg	S		Judías verdes rehogadas	5,17mg			Pescado al papillote /Fruta	87,16g				41,12g	<table border="1"> <tr><td>16</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Calamares (Infantil: Merluza) con salsa de tomate casera</td><td>696,07</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Arroz con alubias y verduras de temporada</td><td>32,37g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Yogur</td><td>352,38mg</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Ensalada completa</td><td>6,27mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Brochetas de pavo /Fruta</td><td>97,85g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>18,87g</td></tr> </table>	16	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Calamares (Infantil: Merluza) con salsa de tomate casera	696,07		2º	Arroz con alubias y verduras de temporada	32,37g		P	Yogur	352,38mg	S		Ensalada completa	6,27mg			Brochetas de pavo /Fruta	97,85g				18,87g	<table border="1"> <tr><td>17</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Crema de verduras de temporada</td><td>523,91</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Lomo en salsa con cous cous</td><td>18,44g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>133,32mg</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Calabacín a la plancha</td><td>5,48mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Pescado blanco /Fruta</td><td>61,81g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>34,85g</td></tr> </table>	17	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Crema de verduras de temporada	523,91		2º	Lomo en salsa con cous cous	18,44g		P	Fruta	133,32mg	S		Calabacín a la plancha	5,48mg			Pescado blanco /Fruta	61,81g				34,85g
13	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Caracolas a la italiana	590,26																																																																																																																																													
	2º	Suprema de merluza con verduras	24,76g																																																																																																																																													
	P	Fruta	187,44mg																																																																																																																																													
S		Calabacín a la plancha	4,10mg																																																																																																																																													
		Carne de ave /Fruta	89,03g																																																																																																																																													
			29,01g																																																																																																																																													
14	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Potaje de garbanzos con acelgas	771,19																																																																																																																																													
	2º	Tortilla de patata con queso fresco	30,92g																																																																																																																																													
	P	Fruta	301,55mg																																																																																																																																													
S		Crema de puerros	10,31mg																																																																																																																																													
		Quiche de verduras /Fruta	105,61g																																																																																																																																													
			25,50g																																																																																																																																													
15	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Sopa de estrellas	777,32																																																																																																																																													
	2º	Alitas de pollo a la miel y limón con mazorca de maíz	41,27g																																																																																																																																													
	P	Fruta	97,77mg																																																																																																																																													
S		Judías verdes rehogadas	5,17mg																																																																																																																																													
		Pescado al papillote /Fruta	87,16g																																																																																																																																													
			41,12g																																																																																																																																													
16	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Calamares (Infantil: Merluza) con salsa de tomate casera	696,07																																																																																																																																													
	2º	Arroz con alubias y verduras de temporada	32,37g																																																																																																																																													
	P	Yogur	352,38mg																																																																																																																																													
S		Ensalada completa	6,27mg																																																																																																																																													
		Brochetas de pavo /Fruta	97,85g																																																																																																																																													
			18,87g																																																																																																																																													
17	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Crema de verduras de temporada	523,91																																																																																																																																													
	2º	Lomo en salsa con cous cous	18,44g																																																																																																																																													
	P	Fruta	133,32mg																																																																																																																																													
S		Calabacín a la plancha	5,48mg																																																																																																																																													
		Pescado blanco /Fruta	61,81g																																																																																																																																													
			34,85g																																																																																																																																													
<table border="1"> <tr><td>20</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Lentejas con verduras de temporada</td><td>921,37</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Pavo al curry con arroz pilaf integral</td><td>48,81g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>157,15mg</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Menestra salteada</td><td>9,02mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Pescado al limón /Fruta</td><td>99,17g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>36,07g</td></tr> </table>	20	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Lentejas con verduras de temporada	921,37		2º	Pavo al curry con arroz pilaf integral	48,81g		P	Fruta	157,15mg	S		Menestra salteada	9,02mg			Pescado al limón /Fruta	99,17g				36,07g	<table border="1"> <tr><td>21</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Espaguetis integrales a la napolitana</td><td>757,97</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Bacalao en salsa verde con brócoli</td><td>29,28g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>261,65mg</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Chips de boniato al horno</td><td>6,75mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Albóndigas de pollo /Fruta</td><td>100,71g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>26,88g</td></tr> </table>	21	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Espaguetis integrales a la napolitana	757,97		2º	Bacalao en salsa verde con brócoli	29,28g		P	Fruta	261,65mg	S		Chips de boniato al horno	6,75mg			Albóndigas de pollo /Fruta	100,71g				26,88g	<table border="1"> <tr><td>22</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Crema de verduras de temporada con tostones integrales</td><td>707,98</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Escalope de lomo plancha con patatas</td><td>27,42g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta</td><td>118,93mg</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Guisantes con cebolla y jamón</td><td>6,33mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Pescado blanco /Fruta</td><td>64,52g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>54,67g</td></tr> </table>	22	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Crema de verduras de temporada con tostones integrales	707,98		2º	Escalope de lomo plancha con patatas	27,42g		P	Fruta	118,93mg	S		Guisantes con cebolla y jamón	6,33mg			Pescado blanco /Fruta	64,52g				54,67g	<table border="1"> <tr><td>23</td><td>E</td><td>Ensalada fresca de temporada con fruta</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Ensaladilla con huevo y atún</td><td>734,49</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Arroz de pollo y aguacate</td><td>29,24g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Yogur</td><td>284,09mg</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Mazorca de maíz con sal</td><td>4,58mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carne roja magra /Fruta</td><td>95,65g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>26,05g</td></tr> </table>	23	E	Ensalada fresca de temporada con fruta	KCAL		1º	Ensaladilla con huevo y atún	734,49		2º	Arroz de pollo y aguacate	29,24g		P	Yogur	284,09mg	S		Mazorca de maíz con sal	4,58mg			Carne roja magra /Fruta	95,65g				26,05g	<table border="1"> <tr><td>24</td><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Festivo</td><td>FROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	24	E	Festivo	KCAL		1º	Festivo	FROT		2º		CA		P		FE	S			HDC				LIP				
20	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Lentejas con verduras de temporada	921,37																																																																																																																																													
	2º	Pavo al curry con arroz pilaf integral	48,81g																																																																																																																																													
	P	Fruta	157,15mg																																																																																																																																													
S		Menestra salteada	9,02mg																																																																																																																																													
		Pescado al limón /Fruta	99,17g																																																																																																																																													
			36,07g																																																																																																																																													
21	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Espaguetis integrales a la napolitana	757,97																																																																																																																																													
	2º	Bacalao en salsa verde con brócoli	29,28g																																																																																																																																													
	P	Fruta	261,65mg																																																																																																																																													
S		Chips de boniato al horno	6,75mg																																																																																																																																													
		Albóndigas de pollo /Fruta	100,71g																																																																																																																																													
			26,88g																																																																																																																																													
22	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Crema de verduras de temporada con tostones integrales	707,98																																																																																																																																													
	2º	Escalope de lomo plancha con patatas	27,42g																																																																																																																																													
	P	Fruta	118,93mg																																																																																																																																													
S		Guisantes con cebolla y jamón	6,33mg																																																																																																																																													
		Pescado blanco /Fruta	64,52g																																																																																																																																													
			54,67g																																																																																																																																													
23	E	Ensalada fresca de temporada con fruta	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Ensaladilla con huevo y atún	734,49																																																																																																																																													
	2º	Arroz de pollo y aguacate	29,24g																																																																																																																																													
	P	Yogur	284,09mg																																																																																																																																													
S		Mazorca de maíz con sal	4,58mg																																																																																																																																													
		Carne roja magra /Fruta	95,65g																																																																																																																																													
			26,05g																																																																																																																																													
24	E	Festivo	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Festivo	FROT																																																																																																																																													
	2º		CA																																																																																																																																													
	P		FE																																																																																																																																													
S			HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
<table border="1"> <tr><td>27</td><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Festivo</td><td>FROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	27	E	Festivo	KCAL		1º	Festivo	FROT		2º		CA		P		FE	S			HDC				LIP	<table border="1"> <tr><td>28</td><td>E</td><td>Festivo</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Festivo</td><td>FROT</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>LIP</td></tr> </table>	28	E	Festivo	KCAL		1º	Festivo	FROT		2º		CA		P		FE	S			HDC				LIP	<table border="1"> <tr><td>29</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecológica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Sopa de cocido con verduras ECO</td><td>752,31</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Pollo asado con patatas al horno</td><td>45,20g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruta ECO</td><td>163,27mg</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Judías verdes salteadas</td><td>8,96mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Pescado azul /Fruta</td><td>98,94g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>24,22g</td></tr> </table>	29	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL		1º	Sopa de cocido con verduras ECO	752,31		2º	Pollo asado con patatas al horno	45,20g		P	Fruta ECO	163,27mg	S		Judías verdes salteadas	8,96mg			Pescado azul /Fruta	98,94g				24,22g	<table border="1"> <tr><td>30</td><td>E</td><td>Ensalada de verduras de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Arroz a la cubana (tomate y huevo)</td><td>698,36</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Abadejo crujiente casero con verduras</td><td>27,28g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Yogur</td><td>295,22mg</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Patatas cocidas</td><td>3,98mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Hamburguesa de pollo y brócoli /Fruta</td><td>82,97g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>28,11g</td></tr> </table>	30	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL		1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	698,36		2º	Abadejo crujiente casero con verduras	27,28g		P	Yogur	295,22mg	S		Patatas cocidas	3,98mg			Hamburguesa de pollo y brócoli /Fruta	82,97g				28,11g	<table border="1"> <tr><td>E</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>1º</td><td>FROT</td></tr> <tr><td>2º</td><td>CA</td></tr> <tr><td>P</td><td>FE</td></tr> <tr><td>S</td><td>HDC</td></tr> <tr><td>LIP</td><td>LIP</td></tr> </table>	E	KCAL	1º	FROT	2º	CA	P	FE	S	HDC	LIP	LIP																								
27	E	Festivo	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Festivo	FROT																																																																																																																																													
	2º		CA																																																																																																																																													
	P		FE																																																																																																																																													
S			HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
28	E	Festivo	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Festivo	FROT																																																																																																																																													
	2º		CA																																																																																																																																													
	P		FE																																																																																																																																													
S			HDC																																																																																																																																													
			LIP																																																																																																																																													
29	E	Ensalada fresca ecológica	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Sopa de cocido con verduras ECO	752,31																																																																																																																																													
	2º	Pollo asado con patatas al horno	45,20g																																																																																																																																													
	P	Fruta ECO	163,27mg																																																																																																																																													
S		Judías verdes salteadas	8,96mg																																																																																																																																													
		Pescado azul /Fruta	98,94g																																																																																																																																													
			24,22g																																																																																																																																													
30	E	Ensalada de verduras de temporada	KCAL																																																																																																																																													
	1º	Arroz a la cubana (tomate y huevo)	698,36																																																																																																																																													
	2º	Abadejo crujiente casero con verduras	27,28g																																																																																																																																													
	P	Yogur	295,22mg																																																																																																																																													
S		Patatas cocidas	3,98mg																																																																																																																																													
		Hamburguesa de pollo y brócoli /Fruta	82,97g																																																																																																																																													
			28,11g																																																																																																																																													
E	KCAL																																																																																																																																															
1º	FROT																																																																																																																																															
2º	CA																																																																																																																																															
P	FE																																																																																																																																															
S	HDC																																																																																																																																															
LIP	LIP																																																																																																																																															