

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
<b>2 FIESTA</b> Día de la Comunidad Educativa				<b>3</b> CREMA DE ZANAHORIAS CALABAZA Y MANZANA FRUTA				<b>4</b> CREMA DE JUDÍAS VERDES, ZANAHORIAS Y PATATAS CON POLLO FRUTA				<b>5</b> CREMA DE PATATAS, CALABAZA Y PUERROS CON POLLO FRUTA				<b>6</b> CREMA DE HORTALIZAS CON PAVO FRUTA			
KCL: 230	HC: 19,5gr	PROT: 12,6gr	LIP: 8,3gr	KCL: 206	HC: 33gr	PROT: 2gr	LIP: 4gr	KCL: 246	HC: 39gr	PROT: 8gr	LIP: 3gr	KCL: 254	HC: 36gr	PROT: 8gr	LIP: 5gr	KCL: 217	HC: 34gr	PROT: 9gr	LIP: 2gr
SAL: 1gr	AZÚCAR: 9,9gr	A.G.S: 3,2gr		SAL: 1gr	AZÚCAR: 22,2gr	A.G.S: 0,8gr		SAL: 0,1gr	AZÚCAR: 26,5gr	A.G.S: 1gr		SAL: 1gr	AZÚCAR: 24,7gr	A.G.S: 1,4gr		SAL: 0,1gr	AZÚCAR: 26,4gr	A.G.S: 0,5gr	
*Cena: Crema de calabaza con pavo				*Cena: Crema de zanahorias con pavo				*Cena: Crema de zanahorias y patatas				*Cena: Crema de puerro, guisantes y patata con pollo							
<b>9</b> CREMA DE PUERRO, PATATA Y JUDÍAS VERDES CON POLLO YOGUR				<b>10</b> CREMA DE ZANAHORIAS, PATATA Y PUERROS CON PAVO FRUTA				<b>11</b> CREMA DE CALABACÍN FRUTA				<b>12</b> CREMA DE CALABAZA Y PUERROS CON POLLO FRUTA				<b>13</b> CREMA DE JUDÍAS VERDES, ZANAHORIAS Y PATATA CON PAVO FRUTA			
KCL: 230	HC: 19,5gr	PROT: 12,6gr	LIP: 8,3gr	KCL: 228	HC: 39gr	PROT: 9gr	LIP: 1gr	KCL: 187	HC: 30gr	PROT: 4gr	LIP: 4gr	KCL: 254	HC: 36gr	PROT: 8gr	LIP: 5gr	KCL: 255	HC: 37gr	PROT: 8gr	LIP: 5gr
SAL: 1gr	AZÚCAR: 9,9gr	A.G.S: 3,2gr		SAL: 1gr	AZÚCAR: 27,3gr	A.G.S: 0,5gr		SAL: 0,1gr	AZÚCAR: 16,9gr	A.G.S: 0,6gr		SAL: 1gr	AZÚCAR: 24,7gr	A.G.S: 1,4gr		SAL: 1gr	AZÚCAR: 26gr	A.G.S: 1,1gr	
*Cena: Crema de calabaza con pavo				*Cena: Crema de hortalizas de la huerta				Cena: Crema de patatas, guisantes y puerros con pollo				*Cena: Crema de zanahorias y patatas con pavo				*Cena: Crema de calabacín			
<b>16</b> CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIAS CON PAVO YOGUR				<b>17</b> CREMA DE CALABAZA Y PUERROS CON POLLO FRUTA				<b>18</b> CREMA DE HORTALIZAS FRUTA				<b>19</b> CREMA DE JUDÍAS VERDES, ZANAHORIAS Y PATATA CON PAVO FRUTA				<b>20</b> CREMA DE PATATAS, CALABACÍN Y ZANAHORIAS CON POLLO FRUTA			
KCL: 238,2	HC: 21,5gr	PROT: 15,6gr	LIP: 8,3gr	KCL: 254	HC: 36gr	PROT: 8gr	LIP: 5gr	KCL: 212	HC: 34gr	PROT: 3gr	LIP: 4gr	KCL: 255	HC: 37gr	PROT: 8gr	LIP: 5gr	KCL: 223	HC: 38gr	PROT: 8gr	LIP: 1gr
SAL: 0,1gr	AZÚCAR: 11,5gr	A.G.S: 3gr		SAL: 1gr	AZÚCAR: 24,7gr	A.G.S: 1,4gr		SAL: 1gr	AZÚCAR: 26,4gr	A.G.S: 0,7gr		SAL: 1gr	AZÚCAR: 26gr	A.G.S: 1,1gr		SAL: 0,1gr	AZÚCAR: 26,2gr	A.G.S: 0,7gr	
*Cena: Crema de calabacín				*Cena: Crema de patatas, puerros y calabacín con pavo				Cena: Crema de puerros, patatas y judías verdes				*Cena: Crema de zanahorias con pollo				*Cena: Crema de zanahorias y puerros			
<b>23</b> CREMA DE PUERROS, PATATA, CALABACÍN Y GUI SANTES CON POLLO YOGUR				<b>24</b> CREMA DE HORTALIZAS CON PAVO FRUTA				<b>25</b> CREMA DE ZANAHORIAS FRUTA				<b>26</b> CREMA DE CALABAZA Y PUERROS CON POLLO FRUTA				<b>27</b> CREMA DE PUERROS, PATATA Y JUDÍAS VERDES CON PAVO FRUTA			
KCL: 237,2	HC: 20,5gr	PROT: 15,6gr	LIP: 8,3gr	KCL: 217	HC: 34gr	PROT: 9gr	LIP: 2gr	KCL: 185	HC: 29gr	PROT: 2gr	LIP: 4gr	KCL: 254	HC: 36gr	PROT: 8gr	LIP: 5gr	KCL: 224	HC: 36gr	PROT: 9gr	LIP: 1gr
SAL: 1gr	AZÚCAR: 9,9gr	A.G.S: 3,2gr		SAL: 0,1gr	AZÚCAR: 26,4gr	A.G.S: 0,5gr		SAL: 0,1gr	AZÚCAR: 19,1gr	A.G.S: 0,6gr		SAL: 1gr	AZÚCAR: 24,7gr	A.G.S: 1,4gr		SAL: 1gr	AZÚCAR: 24,4gr	A.G.S: 0,6gr	
*Cena: Crema de zanahorias con pavo				*Cena: Crema de zanahorias y patatas				Cena: Crema de verduras de la huerta con pollo				*Cena: Crema de calabaza				*Cena: Crema de guisantes con pollo			
<b>30</b> CREMA DE JUDÍAS VERDES, ZANAHORIAS Y PATATAS CON POLLO YOGUR				<b>31</b> CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIAS CON PAVO FRUTA				 Do not forget to wash your hands before your meals				 Clean your teeth three times a day				 Do sport for a least half an hour a day			
KCL: 236,2	HC: 22,5gr	PROT: 12,6gr	LIP: 8,3gr	KCL: 225	HC: 36gr	PROT: 10gr	LIP: 1gr												
SAL: 0,1gr	AZÚCAR: 12gr	A.G.S: 3,2gr		SAL: 0,1gr	AZÚCAR: 25,7gr	A.G.S: 0,6gr													
*Cena: Crema de hortalizas				*Cena: Crema de puerros, patatas y judías verdes															

\*Cena recomendada por Novaschool.

\*\*El menú incluye pan (integral 3 días a la semana) y agua.

\*\*\*Para celíacos, los alimentos serán sustituidos por sin gluten.

**Alérgenos alimenticios más comunes**



Cacahuets



Dioxido azulre



Altramuces



Crustáceos



Gluten



Soja



Mostaza



Apio



Pescado



Huevos



Frutos secos



Sésamo



Moluscos



Lácteos



Lácteos



Lácteos



Lácteos