








1 452 Kcal. P.: 15 HC.: 65 L.: 16 G.: 5  
SOPA DE HIDEOS  
LASAÑA DE ATÚN  
FROITA DE TEMPADA

4 592 Kcal. P.: 13 HC.: 67 L.: 17 G.: 3  
ARROZ TRES DELICIAS  
RABAS DE LURAS CON LEITUGA,  
TOMATE E MILLO  
FROITA DE TEMPADA

5 767 Kcal. P.: 22 HC.: 31 L.: 45 G.: 17  
ENSALADILLA RUSA  
COSTELAR ASADO CON ENSALADA  
MIXTA  
IOGUR

6 697 Kcal. P.: 18 HC.: 51 L.: 30 G.: 14  
SOPA DE AVE CON PASTA  
FILETE DE AGULLA Á PRANCHA CON  
ARROZ BRANCO  
XEADO

7 611 Kcal. P.: 19 HC.: 49 L.: 26 G.: 8  
LENTILLAS GUISADAS CON CENORIA  
OVOS FRITIDOS CON SALCHICHAS E  
PATACAS FRITIDAS  
FROITA DE TEMPADA

8 616 Kcal. P.: 20 HC.: 64 L.: 12 G.: 3  
MACARRONS Á BOLOÑESA  
FILETE DE PESCADA Á ROMANA CON  
PATACAS DADO  
FROITA DE TEMPADA

11 667 Kcal. P.: 20 HC.: 51 L.: 27 G.: 9  
SOPA DE ESTRELAS  
ALBÓNDEGAS DE TENEIRA CON  
SALSA DE TOMATE CON ARROZ  
BRANCO  
FROITA DE TEMPADA

12 597 Kcal. P.: 24 HC.: 32 L.: 22 G.: 7  
ENSALADA DE PASTA  
POLO ASADO CON LEITUGA, TOMATE E  
OLIVAS  
PETIT SUISSE

13 586 Kcal. P.: 24 HC.: 65 L.: 7 G.: 1  
ESPIRALS TRICOLOR CON TOMATE E  
ATÚN  
FILETE DE BACALLAU AO FORNO CON  
PATACA COCIDA  
FRUTA DE TEMPADA

14 679 Kcal. P.: 17 HC.: 55 L.: 26 G.: 8  
CREMA DE CABACIÑO E CABAZA  
TORTILLA DE PATACA, CROQUETAS DE  
XAMON  
IOGUR

15 584 Kcal. P.: 12 HC.: 72 L.: 13 G.: 4  
ARROZ CON COGUMELOS,  
CHICHAROS E CENORIA  
LASAÑA DE ATÚN  
FROITA DE TEMPADA

18 713 Kcal. P.: 18 HC.: 57 L.: 23 G.: 9  
ENSALADA DE ARROZ CON TOMATE,  
MILLO E ATÚN  
HAMBURGUESA DE TENEIRA CON  
QUEIXO E PATACAS FRITIDAS  
FROITA DE TEMPADA

19 648 Kcal. P.: 26 HC.: 49 L.: 21 G.: 6  
GARAVANZOS CON VERDURAS  
FILETE DE BACALLAU AO FORNO CON  
ENSALADA MIXTA  
IOGUR

20 636 Kcal. P.: 17 HC.: 48 L.: 33 G.: 11  
SOPA DE ESTRELAS  
TORTILLA DE PATACA CON SALCHICHAS  
FROITA DE TEMPADA

21 868 Kcal. P.: 11 HC.: 63 L.: 29 G.: 8  
ESPAQUETES Á BOLOÑESA  
SAN XACOBOS CON PATACAS  
FRITIDAS  
COCA COLA  
XEADO







NOTAS: **Kcal.:** Kilocalorías / **Energía:** / **P:** Proteínas / **H:** Hidratos de Carbono / **L:** Lípidos / **G:** ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años.

