

MENÚ SIN HUEVO

<p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Salchichas de pavo con patatas con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>7 Espaguetis boloñesa (P.S.H)</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>13 Ensalada de pasta (P.S.H)</p> <p>Lomo con tomate</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>14 Migas manchegas</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Hamburguesa de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>18 Ensalada campera sin huevo duro</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>19 Macarrones con tomate y queso (P.S.H)</p> <p>Merluza rebozada por harina con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>21 Entremeses fríos</p> <p>Filetes de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ ALERGIA A LA LECHE Y AL HUEVO, SÍ YOGUR Y MANTEQUILLA

<p>LUNES</p> <p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Salchichas de pavo con patatas con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>7 Espaguetis boloñesa (P.S.H)</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Yogur- Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>13 Ensalada de pasta (P.S.H)</p> <p>Lomo con tomate</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>14 Migas manchegas</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Yogur- Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Hamburguesa de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>18 Ensalada campera sin huevo duro</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>19 Macarrones con tomate (P.S.H)</p> <p>Merluza rebozada por harina con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Fresas - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>21 Entremeses fríos</p> <p>Filetes de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial sin leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ SIN PESCADO

<p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Lomo en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y jamón</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>7 Espaguetis boloñesa</p> <p>Pavo con pisto</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de pavo con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>13 Ensalada de pasta</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>14 Migas manchegas</p> <p>Pollo a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de pavo con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>18 Ensalada campera sin atún</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>19 Macarrones con tomate y queso</p> <p>Lomo rebozado con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>21 Entremeses fríos</p> <p>Delicias de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ SIN LÁCTEOS NI TRAZAS

<p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>7 Espaguetis boloñesa</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>13 Ensalada de pasta</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>14 Migas manchegas</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>19 Macarrones con tomate</p> <p>Merluza rebozada con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Fresas - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>21 Entremeses fríos sin queso</p> <p>Pollo empanado con patatas</p> <p>Agua - Postre especial sin leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ SIN PIÑA, FRUTA O ZUMO

<p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>7 Espaguetis boloñesa</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>13 Ensalada de pasta</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>14 Migas manchegas</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>19 Macarrones con tomate y queso</p> <p>Merluza rebozada con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>21 Entremeses fríos</p> <p>Delicias de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ CELÍACA Y ALÉRGICA AL CACAHUETE

<p>LUNES</p> <p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan sin gluten - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>7 Espaguetis boloñesa (P.S.G)</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Plátano - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>13 Ensalada de pasta (P.S.G)</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan sin gluten - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>14 Ensaladilla rusa</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan sin gluten - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>19 Macarrones con tomate y queso (P.S.G)</p> <p>Merluza a la plancha con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>21 Entremeses fríos</p> <p>Filete de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ ALÉRGICA AL ANACARDO, PISTACHO Y MANGO

<p>LUNES</p> <p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>7 Espaguetis boloñesa</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>13 Ensalada de pasta</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>14 Migas manchegas</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>19 Macarrones con tomate y queso</p> <p>Merluza rebozada con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>21 Entremeses fríos</p> <p>Delicias de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ ALERGIA A LÁCTEOS Y GLUTEN

<p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Melocotón - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Pera - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan sin gluten - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>7 Espaguetis boloñesa (P.S.G)</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Melon - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Plátano - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Manzana - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>13 Ensalada de pasta (P.S.G)</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan sin gluten - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>14 Ensaladilla rusa</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Manzana - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan sin gluten - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>19 Macarrones con tomate (P.S.G)</p> <p>Merluza a la plancha con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Fresas - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>21 Entremeses fríos sin queso</p> <p>Pollo a la plancha con patatas</p> <p>Agua - Postre especial sin leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ DIETA SIN LÁCTEOS SIN GLUTEN Y BAJA EN CEREALES

<p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Melocotón - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Pera - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan sin gluten - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>7 Puré de verduras</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Melon - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Plátano - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Manzana - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>13 Ensalada de pasta (P.S.G)</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan sin gluten - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>14 Ensaladilla rusa</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Manzana - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan sin gluten - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>19 Puré de verduras</p> <p>Merluza a la plancha con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Fresas - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>21 Entremeses fríos sin queso</p> <p>Pollo a la plancha con patatas</p> <p>Agua - Postre especial sin leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ SIN CASEÍNA, LECHE NI DERIVADOS

<p>LUNES</p> <p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>7 Espaguetis boloñesa</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>13 Ensalada de pasta</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>14 Migas manchegas</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>19 Macarrones con tomate</p> <p>Merluza rebozada con ensalada</p> <p>Agua - Bebida vegetal - Fresas - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>21 Entremeses fríos sin queso</p> <p>Pollo empanado con patatas</p> <p>Agua - Postre especial sin leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ SIN MEJILLONES

<p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>7 Espaguetis boloñesa</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>13 Ensalada de pasta</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>14 Migas manchegas</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>19 Macarrones con tomate y queso</p> <p>Merluza rebozada con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>21 Entremeses fríos</p> <p>Delicias de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ SIN PLÁTANO

<p>LUNES</p> <p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>7 Espaguetis boloñesa</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>13 Ensalada de pasta</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>14 Migas manchegas</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>19 Macarrones con tomate y queso</p> <p>Merluza rebozada con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>21 Entremeses fríos</p> <p>Delicias de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ VEGETARIANO

<p>3</p> <p>Patatas guisadas con verduras</p> <p>Tofu en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>4</p> <p>Ensalada de arroz, quinoa, maíz, aceitunas y tomate</p> <p>Hamburguesa de garbanzos con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>5</p> <p>Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Judías blancas con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>6</p> <p>Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>7</p> <p>Espaguetis con boloñesa de tofu</p> <p>Seitán con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>10</p> <p>Guisantes salteados con cebolla</p> <p>Huevos cocidos con patatas cocidas y pimentón</p> <p>Agua - Leche - Melón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>11</p> <p>Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Tofu en salsa con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Plátano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>12</p> <p>Garbanzos guisados</p> <p>Setas a la plancha con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>13</p> <p>Ensalada de pasta con verdura</p> <p>Huevos con tomate y pimientos</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>14</p> <p>Migas manchegas sin chorizo</p> <p>Ensalada de garbanzos</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>17</p> <p>Lentejas Estofadas con verdura</p> <p>Tortilla de cebolla con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>18</p> <p>Ensalada campera sin atún</p> <p>Lentejas estofadas con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>19</p> <p>Macarrones con tomate y queso</p> <p>Tofu rebozado con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>20</p> <p>Judías verdes rehogadas con cebolla</p> <p>Hamburguesa de garbanzos con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>21</p> <p>Entremeses fríos (humos y guacamole con nachos)</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

**MENÚ SIN REBOZADOS, FRITOS,
SALCHICHAS NI GRASAS**

<p>LUNES</p> <p>3 Patatas con carne de ternera a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Pollo en su jugo con patatas cocidas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>7 Espaguetis boloñesa de pollo</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>10 Guisantes salteados cebolla</p> <p>Pavo a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>13 Ensalada de pasta</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>14 Migas manchegas sin chorizo</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>17 Lentejas Estofadas con verdura</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de ave estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>19 Macarrones con tomate y queso</p> <p>Merluza a la plancha con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>20 Judías verdes rehogadas con cebolla</p> <p>Filete de pavo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>21 Entremeses fríos (pavo y pollo)</p> <p>Filete de pollo con patatas cocidas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ CELÍACO

<p>LUNES</p> <p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan sin gluten - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>7 Espaguetis boloñesa (P.S.G)</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Plátano - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>13 Ensalada de pasta (P.S.G)</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan sin gluten - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>14 Ensaladilla rusa</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan sin gluten - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>19 Macarrones con tomate y queso (P.S.G)</p> <p>Merluza a la plancha con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>21 Entremeses fríos</p> <p>Filete de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan sin gluten</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ SIN FRUTOS SECOS NI PIEL DE MELOCOTÓN

<p>LUNES</p> <p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón sin piel - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MÍRCOLES</p> <p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>7 Espaguetis boloñesa</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MÍRCOLES</p> <p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>13 Ensalada de pasta</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>14 Migas manchegas</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MÍRCOLES</p> <p>19 Macarrones con tomate y queso</p> <p>Merluza rebozada con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>20 Idias verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>21 Entremeses fríos</p> <p>Delicias de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ SIN SANDÍA, MELÓN NI PEPINO

<p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>7 Espaguetis boloñesa</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>13 Ensalada de pasta</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>14 Migas manchegas</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>19 Macarrones con tomate y queso</p> <p>Merluza rebozada con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>20 días verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>21 Entremeses fríos</p> <p>Delicias de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

**MENÚ SIN KIWI, FRUTOS SECOS,
CACAO, PLÁTANO Y PIEL DE FRUTA
(PELAR TODA LA FRUTA)**

<p>3 Patatas con carne a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas y atún</p> <p>Filete de pollo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Cinta de lomo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con rodajas de tomate natural</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>7 Espaguetis boloñesa</p> <p>Bacalao con pisto</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>10 Guisantes salteados con jamon cocido</p> <p>Lacon a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>13 Ensalada de pasta</p> <p>Huevos con tomate y pavo</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>14 Migas manchegas</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>17 Lentejas Estofadas con chorizo</p> <p>Tortilla de atun con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>18 Ensalada campera</p> <p>Magro de cerdo estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>19 Macarrones con tomate y queso</p> <p>Merluza rebozada con ensalada</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>20 días verdes rehogadas con jamon cocido</p> <p>Cinta de lomo con ensalada</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>21 Entremeses fríos</p> <p>Delicias de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es

MENÚ SIN ATÚN, CERDO Y TOMATE NATURAL

<p>LUNES</p> <p>3 Patatas con carne de ternera a la vasca (Sukalki)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes</p> <p>Agua - Leche - Melocotón - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>4 Ensalada de arroz con maíz, aceitunas</p> <p>Filete de pollo con ensalada sin tomate</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>5 Brócoli salteado con zanahoria</p> <p>Pollo en su jugo con patatas</p> <p>Agua - Leche - Pera - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>6 Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Tortilla de patata con ensalada sin tomate</p> <p>Agua - Pan - Sandía</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>7 Espaguetis rehogados con cebolla y pollo</p> <p>Bacalao con pimientos</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>10 Guisantes salteados cebolla</p> <p>Pavo a la gallega</p> <p>Agua - Leche - Melon - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>11 Crema de calabaza y zanahoria</p> <p>Jamonicitos de pollo de corral con champiñones</p> <p>Agua - Pan - Platano</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>12 Garbanzos guisados</p> <p>Tacos de cazon con ensalada sin tomate</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>13 Ensalada de pasta sin tomate ni atún</p> <p>Huevos con mayonesa y pavo</p> <p>Agua - Pan - Fresas</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>14 Migas manchegas sin chorizo</p> <p>Merluza a la provenzal con ensalada sin tomate</p> <p>Agua - Helado - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>
<p>LUNES</p> <p>17 Lentejas Estofadas con verdura</p> <p>Tortilla de queso con ensalada sin tomate</p> <p>Agua - Leche - Manzana - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MARTES</p> <p>18 Ensalada campera sin atún</p> <p>Magro de ave estofado con arroz</p> <p>Agua - Pan - Nectarina</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>MIÉRCOLES</p> <p>19 Macarrones con tomate y queso</p> <p>Merluza rebozada con ensalada sin tomate</p> <p>Agua - Leche - Fresas con leche - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>JUEVES</p> <p>20 Judías verdes rehogadas con cebolla</p> <p>Filete de pavo con ensalada sin tomate</p> <p>Agua - Plátano - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>	<p>VIERNES</p> <p>21 Entremeses fríos (pavo y pollo)</p> <p>Delicias de pollo con patatas</p> <p>Agua - Postre especial - Pan</p> <p>E (Kcal) Líp (g) AGS (g) Prot (g) HdeC (g)</p>

Valorado nutricionalmente por Verónica Navarro Guardia, Técnico Superior Especialista en Nutrición Humana y Dietética. Registro Autonómico de Títulos: 2005/1305156006203

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez. Valoración nutricional en base a niños de 6-9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: nutricion@cofuri.es