

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>En cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, disponemos de la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.</p>			<p>1 Sopa de cocido con fideos  Cocido completo  Pan y fruta</p>	<p>2  <b>FESTIVO</b></p>
<p>5  Lentejas estofadas  Hamburguesa mixta al horno  lechuga Pan y fruta</p>	<p>6  Crema de brócoli Contramuslo de pollo c/salsa de miel y mostaza  Pan y fruta</p>	<p>7  Alubias pintas con arroz Merluza en salsa de puerros  Pan y fruta</p>	<p>8  Lazos aglio e olio Tortilla francesa Rodaja de tomate Pan y fruta</p>	<p>9  Rapollo al ajo arriero Calamares a la romana Ensalada de lechuga y cebolla Pan y yogur</p>
<p>12  <b>CARNAVAL</b></p>	<p>13  <b>CARNAVAL</b></p>	<p>14  Crema de zanahoria Cordón bleu  Pan y fruta</p>	<p>15  Patatas a la riojana Filete de merluza en salsa verde  Pan y fruta</p>	<p>16  Sopa de cocido con fideos  Cocido completo  Pan y yogur</p>
<p>19  Sopa de ave con fideos Merluza en salsa de curry  Pan y fruta</p>	<p>20  Crema de calabaza Albóndigas mixtas en salsa  Pan y fruta</p>	<p>21  Fabada asturiana Abadejo a la mediterranea  Pan y fruta</p>	<p>22  Macarrones con salsa de tomate Tortilla de patata Ensalada de tomate y lechuga Pan y yogur</p>	<p><b>TIERRA DE SABOR</b> 23  Lentejas a la hortelana Pollo en salsa de manzana  Pan y fruta</p>
<p>26  Judías verdes al ajoarriero Calamares a la romana  Pan y fruta</p>	<p>27  Sopa de cocido con fideos Cocido completo  Pan y fruta</p>	<p>28  Arroz a la zamorana Tortilla francesa Lechuga Pan y fruta</p>	<p>29  Patatas guisadas con bacon Escalope de pollo al horno  Pan y fruta</p>	

# CrEa tu Rutina Saludable En Familia

AENOR

PROTOCOLO FRENTE AL COVID-19  
SERUNION



INTENTA DORMIR LO SUFICIENTE CADA NOCHE



MEJORA TU RITMO Y BAILA TU MÚSICA FAVORITA



RECUERDA QUE LA HIDRATACIÓN ES IMPORTANTE.



SIGUE CON UNA DIETA SANA



CAMINA O VE EN BICICLETA SIEMPRE QUE TENGAS LA OPORTUNIDAD



SIEMPRE QUE PUEDAS, SUBE POR LAS ESCALERAS



HAZ ESTIRAMIENTOS DIARIOS Y MEJORA TU



APROVECHA LAS FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA



PRACTICA DEPORTE TODOS LOS DÍAS

Nos mueve la ilusión de alimentar y educar a miles de niños y niñas en hábitos de alimentación saludable

## RECOMENDADOR DE CEN

### PRIMEROS PLATOS

 Si en el cole he comido como primero...	 Para cenar puedo comer como primero...
>	
>	
>	

### SEGUNDOS PLATOS

 Si en el cole he comido como segundo...	 Para cenar puedo comer como segundo...
>	
>	
>	
>	

### POSTRE

--	--

Entidades colaboradoras:

