

C. JUAN PABLO II - Infantil

Octubre - 2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6

638 Kcal. P.: 21 HC.: 50 L.: 27 G.: 7

LAZOS A LA CREMA DE QUESO
FARFALLE WITH CHEESE SAUCE
FILETE DE BACALAO AL HORNO
BAKED COD FILLET
LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION
FRUTA
FRUIT

7

638 Kcal. P.: 21 HC.: 50 L.: 27 G.: 7

LAZOS A LA CREMA DE QUESO
FARFALLE WITH CHEESE SAUCE
FILETE DE BACALAO AL HORNO
BAKED COD FILLET
LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION
FRUTA
FRUIT

14

688 Kcal. P.: 16 HC.: 33 L.: 49 G.: 7

CREMA DE CALABAZA
CREAM OF PUMPKIN SOUP
SALMÓN AL LIMÓN
SALMON IN LEMON SAUCE
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
FRUTA
FRUIT

21

967 Kcal. P.: 9 HC.: 47 L.: 41 G.: 10

ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA (CON TOMATE Y CARNE PICADA)
SPAGHETTI BOLOGNESE
EMPANADILLAS DE ATÚN
TUNA PASTIES
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD
FRUTA
FRUIT

28

597 Kcal. P.: 16 HC.: 37 L.: 45 G.: 7

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE
FILETE DE MERLUZA ROMANA
BATTERED HAKE FILLET
ENSALADA DE LECHUGA Y MANZANA
LETTUCE AND APPLE SALAD
FRUTA
FRUIT

1

605 Kcal. P.: 12 HC.: 27 L.: 59 G.: 12

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
GREEN BEANS WITH OLIVE OIL
HUEVOS FRITOS
FRIED EGGS
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
YOGUR
YOGHURT

8

689 Kcal. P.: 20 HC.: 31 L.: 45 G.: 11

LENTEJAS CASTELLANAS
CASTILIAN LENTILS
TORTILLA DE CALABACÍN
COURGETTE OMELETTE
ENSALADA DE TOMATE Y PEPINO
TOMATO AND CUCUMBER SALAD
YOGUR
YOGHURT

15

522 Kcal. P.: 23 HC.: 24 L.: 51 G.: 12

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
GREEN BEANS WITH OLIVE OIL
POLLO ASADO AL TOMILLO EN SU JUGO
GRILLED CHICKEN WITH GRAVY
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
YOGUR
YOGHURT

22

955 Kcal. P.: 9 HC.: 39 L.: 51 G.: 13

MENÚ ESPECIAL JUAN PABLO II
HAMBURGUESA COMPLETA
COMPLETE HAMBURGER
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
AROS DE CEBOLLA
ONION RINGS
POSTRE ESPECIAL
SPECIAL DESSERT

29

538 Kcal. P.: 15 HC.: 43 L.: 39 G.: 11

CREMA DE ZANAHORIAS
CREAM OF CARROTS SOUP
LASAÑA DE CARNE CON QUESO PARMESANO GRATINADO
MEAT LASAGNA WITH CHEESE AU GRATIN
ENSALADA DE MAÍZ
SWEETCORN SALAD
YOGUR
YOGHURT

2

712 Kcal. P.: 16 HC.: 46 L.: 36 G.: 6

ARROZ PILAF MEDITERRANEO
MEDITERRANEAN STYLE PILAF RICE
SALMÓN AL HORNO
BAKED SALMON
LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
FRUTA
FRUIT

9

597 Kcal. P.: 20 HC.: 34 L.: 44 G.: 10

CREMA DE PUERROS CON PICATOSTES
CREAM OF LEEK SOUP WITH CROUTONS
POLLO TANDOORI
TANDOORI CHICKEN
LECHUGA
LETTUCE
FRUTA
FRUIT

16

734 Kcal. P.: 21 HC.: 33 L.: 42 G.: 8

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
HARICOT BEANS WITH VEGETABLES
FILETE DE MERLUZA ROMANA
BATTERED HAKE FILLET
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
YOGUR
YOGHURT

23

576 Kcal. P.: 19 HC.: 54 L.: 22 G.: 4

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, POTATO & CABBAGE STEW
FRUTA
FRUIT

30

664 Kcal. P.: 20 HC.: 47 L.: 31 G.: 9

MACARRONES A LA CARBONARA
MACARONI CARBONARA
FILETE DE BACALAO AL HORNO
BAKED COD FILLET
LECHUGA Y COL LOMBARDA
LETTUCE AND RED CABBAGE
FRUTA
FRUIT

3

526 Kcal. P.: 22 HC.: 39 L.: 37 G.: 10

SOPA DE LETRAS
PASTA LETTER SOUP
POLLO ASADO CON SALSA BARBACOA
ROAST CHICKEN WITH BARBECUE SAUCE
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
FRUTA
FRUIT

10

576 Kcal. P.: 19 HC.: 54 L.: 22 G.: 4

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, POTATO & CABBAGE STEW
FRUTA
FRUIT

17

577 Kcal. P.: 14 HC.: 43 L.: 41 G.: 13

SOPA DE LETRAS
PASTA LETTER SOUP
ALBÓNDIGAS EN SALSA ESPAÑOLA
MEATBALLS IN SPANISH SAUCE
PATATA ASADA
ROAST POTATOES
FRUTA
FRUIT

24

810 Kcal. P.: 13 HC.: 44 L.: 42 G.: 11

ARROZ A LA MILANESE
MILANESE STYLE RICE
BOQUERONES A LA ANDALUZA
ANDALUSIAN-STYLE ANCHOVIES
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
FRUTA
FRUIT

31

827 Kcal. P.: 20 HC.: 34 L.: 41 G.: 8

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
HARICOT BEANS WITH VEGETABLES
FILETE DE POLLO EMPANADO
BREADED CHICKEN STEAK
ENSALADA DE TOMATE
TOMATO SALAD
FRUTA
FRUIT

4

724 Kcal. P.: 21 HC.: 34 L.: 39 G.: 8

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
HARICOT BEANS STEW
FILETE DE MERLUZA ROMANA
BATTERED HAKE FILLET
MAÍZ Y ZANAHORIA RALLADA
SWEETCORN AND GRATED CARROTS
YOGUR
YOGHURT

11

738 Kcal. P.: 18 HC.: 30 L.: 50 G.: 9

COLIFLOR SALTEADA
SAUTÉED CAULIFLOWER
FILETE DE ABADJO EMPANADO
BREADED FISH FILLET
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
YOGUR
YOGHURT

18

668 Kcal. P.: 10 HC.: 51 L.: 38 G.: 7

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
RICE WITH TOMATO SAUCE Y OREGANO
HUEVOS FRITOS
FRIED EGGS
LECHUGA Y PEPINO
LETTUCE AND CUCUMBER
FRUTA
FRUIT

25

727 Kcal. P.: 18 HC.: 33 L.: 45 G.: 9

LENTEJAS GUISADAS CON ZANAHORIA
LENTIL AND CARROT STEW
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
LECHUGA Y COL LOMBARDA
LETTUCE AND RED CABBAGE
YOGUR
YOGHURT

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



NOTAS: **Leyenda:** 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. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.