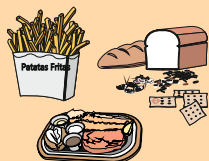


Alergias al Huevo Octubre 2026

VALOR NUTRICIONAL ENTRE 7 y 10 AÑOS

Comida de Casa, Comida Casera



H. de Carbono



Lacteos



Vitaminas



Proteinas



Calorias

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES ¹	VIERNES ²
SÍQUENOS EN REDES: INSTAGRAM y Tiktok Coinye.es Todos los días SE OFERTARÁ PAN INTEGRAL PARA QUIEN LO DESEE				
LUNES ⁵	MARTES ⁶	MIERCOLES ⁷	JUEVES ⁸	VIERNES ⁹
Macarrones Italiana Fte. de Pescadilla Madrileña Lech. Toma. Zanahoria Melocotón Pan HC 67 LIP 31 PRO 26 KCAL 659	Lentejas a la Riojana Filete a la Madrileña Patatas Fritas Pera Pan HC 58 LIP 33 PRO 31 KCAL 641	Judías Verdes con Tomate Magro en Salsa Puré de Patata Plátano Pan HC 58 LIP 31 PRO 27 KCAL 661	Sopa de Cocido Cocido Completo: (Garbanzos, Ternera, Pollo, Cerdo, Zanahoria) Plátano Pan HC 75 LIP 27 PRO 32 KCAL 644	Arroz con Tomate Pechuga a la Plancha Lechuga y Tomate Yogur Pan HC 55 LIP 33 PRO 28 KCAL 643
LUNES ¹²	MARTES ¹³	MIERCOLES ¹⁴	JUEVES ¹⁵	VIERNES ¹⁶
DÍA NO LECTIVO	Crema Reina Filete de Merluza Lechuga, Tomate y Aceitunas Plátano Pan HC 62 LIP 31 PRO 24 KCAL 637	Sopa de Pasta Integral San Jacobo Casero Lech. Tom y Maíz Melocotón Pan HC 68 LIP 32 PRO 32 KCAL 644	Arroz con Tomate Bacalao en Salsa Verde Lechuga y Tomate Melón Pan HC 64 LIP 31 PRO 26 KCAL 632	Lentejas Ecológicas Pechuga Plancha Salsa Cajún Lechuga, Tomate y Pipas Pera Pan HC 54 LIP 34 PRO 38 KCAL 666
LUNES ¹⁹	MARTES ²⁰	MIERCOLES ²¹	JUEVES ²²	VIERNES ²³
Judías Verdes con Jamón Escalope Milanese Patatas Rizadas Yogur Pan HC 62 LIP 35 PRO 33 KCAL 659	Garbanzos Estofados Bitokes de Pollo Lech. Tom. y Cebolla Plátano Pan HC 64 LIP 31 PRO 29 KCAL 657	Arroz Integral a la Milanese Filete de Merluza en Salsa Lechuga y Tomate Manzana Pan HC 62 LIP 32 PRO 25 KCAL 650	Judías Canela Guisadas Lomo Adobado Lech. Tom. y Cebolla Pera Pan HC 53 LIP 33 PRO 31 KCAL 642	Espaguetis Gratinados Jamón Asado Zanahorias Baby Melón Pan HC 63 LIP 29 PRO 29 KCAL 640
LUNES ²⁶	MARTES ²⁷	MIERCOLES ²⁸	JUEVES ²⁹	VIERNES ³⁰
Pasta Integral con Beicon Fte. de Pescadilla Horno Lechuga y Tomate Naranja en Rodajas Pan HC 68 LIP 28 PRO 28 KCAL 657	Lentejas Estofadas Filete de Sajonia Escarola, Tom, y Maíz Manzana Pan HC 60 LIP 31 PRO 29 KCAL 642	Patatas con Verduras Fte. de Pechuga Milanese Lechuga, Tomate y Pipas Mandarina Pan HC 61 LIP 32 PRO 31 KCAL 654	Sopa de Sémola Albóndigas Ternera Jardinera Arroz Pilaf Melón Pan HC 69 LIP 29 PRO 28 KCAL 657	Crema de Hortalizas Bastoncitos de Merluza Patatas Cocidas Yogur Pan HC 58 LIP 35 PRO 27 KCAL 639

Alérgenos
(nº)



Estrella Alborch García
NUTRICIONISTA
Dip. NUTRICIÓN HUMANA y DIETÉTICA
Loc. CIENCIA y TECNOLOGÍA de los ALIMENTOS