



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DÍA NO LECTIVO

07

CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIAS
HAMBURGUESAS
PAPAS FRITAS Y KETCHUP

LEEK AND CARROTES CREAM
BURGUERS
FRIED POTATO WITH KETCHUP
624,5KCAL - PROT:24,2G - LIP:25,0G - HC:78,2G AGS:8,3G -
AZÚCARES:19,8G - SAL:2,6G

08

SOPA DE LETRAS
FILETE DE CERDO BRASEADO
REVUELTO DE VERDURAS Y PAPAS
FRUTA

SOUP
PORK FILET
SCRAMBLED VEGETABLES AND POTATOES
516,9KCAL - PROT:30,8G - LIP:19,3G - HC:48,2G AGS:4,4G -
AZÚCARES:24,4G - SAL:1,6G

09

POTAJE DE VERDURAS
PESCADO REBOZADO
ENSALADA TROPICAL
YOGUR

VEGETABLES STEW
BREADED FISH
SALAD
627,0KCAL - PROT:24,7G - LIP:14,6G - HC:95,9G AGS:4,3G -
AZÚCARES:24,3G - SAL:1,3G

10

CREMA DE CALABAZA
LASAÑA DE ATÚN
GELATINA CASERA

PUMPKIN CREAM
TUNA LASAGNE
HOMEMADE JELLY
473,6KCAL - PROT:23,3G - LIP:19,7G -
HC:47,9G AGS:5,8G - AZÚCARES:11,5G - SAL:3,0G

11

POTAJE DE ACELGAS
MACARRONES A LA BOLOÑESA
FRUTA

CAHRD STEW
BOLOGNESE PASTA
471,6KCAL - PROT:27,1G - LIP:10,4G -
HC:64,2G AGS:1,7G - AZÚCARES:20,5G - SAL:1,5G

14

SOPA DE PESCADO
ESTOFADO DE POLLO CON PAPAS
YOGUR

FISH SOUP
CHICKEN STEW WIT POTATO
555,2KCAL - PROT:44,6G - LIP:13,6G - HC:61,7G AGS:4,7G -
AZÚCARES:23,8G - SAL:1,6G

15

CREMA DE HORTALIZAS
FOGONERO A LA BILBAÍNA
PAPAS COCIDAS
FRUTA

VEGETABLES CREAM
FOGONERO WITH SAUCE
BOILED POTATO
402,9KCAL - PROT:22,2G - LIP:11,0G - HC:50,1G AGS:1,4G -
AZÚCARES:18,1G - SAL:1,6G

16

CREMA DE CALABAZA
PAELLA MIXTA (POLLO Y CERDO)
YOGUR

PUMPKIN CREAM
MIXED PAELLA
586,0KCAL - PROT:23,1G - LIP:17,4G - HC:82,3G AGS:5,5G -
AZÚCARES:26,8G - SAL:1,8G

17

LENTEJAS COMPUESTAS
PIZZA TROPICAL
FRUTA

STEWED LENTILS
TROPICAL PIZZA
775,2KCAL - PROT:28,9G - LIP:21,0G - HC:110,9G AGS:4,4G -
AZÚCARES:24,0G - SAL:2,7G

18

RANCHO CANARIO
CROQUETAS DE PESCADO
TOMATES ALIÑADOS
FRUTA

CANARIO SOUP
FISH CROQUETTES
DREES TOMATO
663,1Kcal - Prot:22,5g - Lip:23,7g - HC:84,1g AGS:3,9g -
Azúcares:18,4g - Sal:2,7g

21

CREMA DE BERROS
POLLO ASADO CON MANZANA
ARROZ BLANCO
YOGUR

WATERCRESS CREAM
CHICKEN WITH APPLE SAUCE
RICE
607,0KCAL - PROT:42,2G - LIP:15,3G - HC:72,9G AGS:4,8G -
AZÚCARES:26,0G - SAL:1,7G

22

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA
CHURROS DE PESCADO CASEROS
ENSALADA MIXTA
YOGUR

CARROT AND PUMKIN CREAM
FISH FRITTERS
SALAD
465,6KCAL - PROT:22,5G - LIP:17,9G - HC:51,5G AGS:4,5G -
AZÚCARES:26,7G - SAL:4,3G

23

POTAJE DE JUDÍAS
MAGRO EN SALSAS STROGANOFF
PAPAS FRITAS
FRUTA

STEW OF BEANS
PORK WITH MUSHROOMS SAUCE
FRIED POTATO
610,0KCAL - PROT:30,4G - LIP:23,9G -
HC:62,8G AGS:6,1G - AZÚCARES:24,4G - SAL:1,7G

24

CREMA DE VERDURAS
TORTILLA ESPAÑOLA CON QUESO
TOMATES ALIÑADOS
NATILLAS

VEGETABLES CREAM
SPANISH OMELETTE WITH CHEESE/ DREES TOMATO
613,7KCAL - PROT:37,1G - LIP:12,9G -
HC:85,2G AGS:3,2G - AZÚCARES:38,0G - SAL:1,7G

25

CREMA DE ZANAHORIA
ARROZ A LA CUBANA
PIÑA EN SU JUGO

CARROT CREAM
CUBA STYLE RICE
489,4KCAL - PROT:15,6G - LIP:13,7G -
HC:73,1G AGS:2,8G - AZÚCARES:13,7G - SAL:1,5G

28

CREMA DE CALABACIN Y PUERROS
FILO EN SALSAS
PAPAS GUISADAS
YOGUR

COURGETTE AND LEEK CREAM
MEAT IN SAUCE
STEWED POTATOES
512,5Kcal - Prot:33,1g - Lip:16,4g - HC:55,1g AGS:5,6g -
Azúcares:27,9g - Sal:1,4g

29

POTAJE DE GARBANZOS
JAMONCITOS DE POLLO EMPANADO
ENSALADA TROPICAL
FRUTA

CHICKPEAS STEW
BATTER CHICKEN DRUMSTICKS/ TROPICAL SALAD
647,2KCAL - PROT:29,8G - LIP:24,7G - HC:67,6G
AGS:3,6G - AZÚCARES:16,0G - SAL:2,0G

30

MACARRONES CON SALSAS DE TOMATE Y QUESO
PALOMETAS EN ADOBO
PAPAS ARRUGADAS
YOGUR

MACARONI WITH TOMATO AND CHEESE
FISH IN MARINADE
CANARIAN POTATOES
577,5KCAL - PROT:28,1G - LIP:22,1G - HC:64,6G AGS:5,6G -
AZÚCARES:24,0G - SAL:1,0G

31