

		<p>01-11-2023</p> <p>No hay menu asignado</p>	<p>02 Kcal: 765 HC: 66 PR: 46 GR: 22</p> <p>ESPAGUETIS BOLOÑESA SIN GLUTEN FILETE DE LENGUADO AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>03 Kcal: 761 HC: 69 PR: 26 GR: 34</p> <p>LENTEJAS CON VERURAS Y QUINOA JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO</p>
<p>06 Kcal: 863 HC: 84 PR: 24 GR: 34</p> <p>MACARRONES CON TOMATE SIN GLUTEN MERLUZA AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>07 Kcal: 719 HC: 56 PR: 32 GR: 27</p> <p>GUISANTES CON JAMÓN ALBÓNDIGAS DE TERNERA SIN GLUTEN PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>08 Kcal: 624 HC: 15 PR: 30 GR: 33</p> <p>CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO YOGUR</p>	<p>09-11-2023</p> <p>No hay menu asignado</p>	<p>10 Kcal: 696 HC: 88 PR: 30 GR: 14</p> <p>SOPA DE COCIDO SIN GLUTEN COCIDO MADRILEÑO COMPLETO FRUTA DEL TIEMPO</p>
<p>13 Kcal: 725 HC: 64 PR: 29 GR: 28</p> <p>FIDEUÁ DE VERDURAS Y POLLO SIN GLUTEN SALMÓN AL HORNO MERLUZA EN SALSA VERDE SIN GLUTEN ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>14 Kcal: 685 HC: 49 PR: 18 GR: 32</p> <p>ARROZ BLANCO CON TOMATE HUEVO FRITO CROQUETAS DE JAMÓN SIN GLUTEN ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>15 Kcal: 768 HC: 60 PR: 47 GR: 25</p> <p>LENTEJAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO A LA PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO YOGUR</p>	<p>16 Kcal: 601 HC: 83 PR: 12 GR: 14</p> <p>CREMA DE CALABAZA LASAÑA DE TERNERA SIN GLUTEN FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>17 Kcal: 683 HC: 52 PR: 32 GR: 26</p> <p>POTAJE DE GARBANZOS SALCHICHAS DE PAVO FRESCAS AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO</p>
<p>20 Kcal: 630 HC: 11 PR: 24 GR: 41</p> <p>JUDIAS VERDES CON JAMÓN CINTA DE LOMO ADOBADA A LA PLANCHA ENSALADA MIXTA PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>21 Kcal: 775 HC: 84 PR: 45 GR: 17</p> <p>MACARRONES CON TOMATE SIN GLUTEN FILETE DE LENGUADO AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>22 Kcal: 696 HC: 88 PR: 30 GR: 14</p> <p>SOPA DE COCIDO SIN GLUTEN COCIDO MADRILEÑO COMPLETO FRUTA DEL TIEMPO YOGUR</p>	<p>23 Kcal: 597 HC: 31 PR: 21 GR: 28</p> <p>PAELLA DE VERDURAS REVUELTO DE JAMÓN ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>24 Kcal: 630 HC: 31 PR: 43 GR: 50</p> <p>CREMA DE CALABACIN RAGUT DE TERNERA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO</p>
<p>27 Kcal: 563 HC: 29 PR: 25 GR: 35</p> <p>PURÉ DE VERDURAS FRESCAS MERLUZA EN SALSA VERDE SIN GLUTEN ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>28 Kcal: 757 HC: 69 PR: 30 GR: 32</p> <p>ESPAGUETIS BOLOÑESA SIN GLUTEN SOLOMILLOS DE POLLO EN SALSA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>29 Kcal: 409 HC: 50 PR: 16 GR: 5</p> <p>POTAJE DE GARBANZOS LASAÑA DE VERDURAS FRESCAS SIN GLUTEN FRUTA DEL TIEMPO YOGUR</p>	<p>30 Kcal: 643 HC: 40 PR: 40 GR: 49</p> <p>CREMA DE CALABACIN FILETES RUSOS SIN ALÉRGENOS ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO</p>	

Las calorías consumidas pueden oscilar +/- 200, dependiendo de las edades, ya que el gramaje de las raciones varía. Los alumnos con intolerancia o alergia a algún alimento de los aquí presentados, deben consultar el menú DE ESE DÍA en el especial para alergias e intolerancias. El alumno podrá elegir plato cuando se ofrezcan dos alternativas.

🚫 - Gluten 🌱 - Altramuz 🟡 - Dioxido de azufre y sulfitos 🐌 - Molusco 🥜 - Cacahuete 🟢 - Apio 🍳 - Huevos 🐟 - Pescado 🥛 - Lacteo 🌿 - Mostaza 🦀 - Crustaceo 🌰 - Sesamo 🍓 - Frutos secos 🍫 - Soja

Kcal: Kilocalorías PR: Proteínas HC: Hidratos GR: Grasas

15 - Alergias e intolerancias 13 - Celíacos I4 - Celíacos Infantil 12 - Infantil 11 - Prim, ESO y Bach

Colegios Ramón y Cajal - B28701340 - 914135631 | info@colegiosramonycajal.es - Arturo Soria, 206 - 28043 Madrid, Madrid