

eat

part of mediterránea

bailarina

Pear

Aubergine

Apple

Cherry

Tomato

Orange

San Javier	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D											
SEPTIEMBRE							1				8	9	10	11	2	12	13	14	15	16	17	18	3	19	20	21	22	23	24	25	4	26	27	28	29	30										
OCTUBRE						1	2	5	3	4	5	6	7	8	9	6	10	11	12	13	14	15	16	1	17	18	19	20	21	22	23	2	24	25	26	27	28	29	30	3	31					
NOVIEMBRE	3		1	2	3	4	5	6	4	7	8	9	10	11	12	13	5	14	15	16	17	18	19	20	6	21	22	23	24	25	26	27	1	28	29	30										
DICIEMBRE	1				1	2	3	4	2	5	6	7	8	9	10	11	3	12	13	14	15	16	17	18	4	19	20	21	22	23	24	25		26	27	28	29	30	31							
ENERO							1		2	3	4	5	6	7	8	5	9	10	11	12	13	14	15	6	16	17	18	19	20	21	22	1	23	24	25	26	27	28	29	2	30	31				
FEBRERO	2			1	2	3	4	5	3	6	7	8	9	10	11	12	4	13	14	15	16	17	18	19	5	20	21	22	23	24	25	26	6	27	28											
MARZO	6			1	2	3	4	5	1	6	7	8	9	10	11	12	2	13	14	15	16	17	18	19	3	20	21	22	23	24	25	26	4	27	28	29	30	31								
ABRIL						1	2	5	3	4	5	6	7	8	9		10	11	12	13	14	15	16	6	17	18	19	20	21	22	23	1	24	25	26	27	28	29	30							
MAYO	2	1	2	3	4	5	6	7	3	8	9	10	11	12	13	14	4	15	16	17	18	19	20	21	5	22	23	24	25	26	27	28	6	29	30	31										
JUNIO	6			1	2	3	4	1	5	6	7	8	9	10	11	2	12	13	14	15	16	17	18	3	19	20	21	22	23																	

C.P. JOAQUIN CARRION
CURSO 2016 - 2017

C.E.I.P. JOAQUIN CARRION



VACACIONES		VACACIONES		VACACIONES		NO COMEDOR		NO COMEDOR	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
SOPA DE POLLO Y VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS ASADAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PIÑA EN SU JUGO		MACARRONES NAPOLITANA TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR		SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE		ENSALADA MIXTA ASADO DE POLLO CON PATATAS AGUA, PERA, PAN Y YOGUR		CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE AVE CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y NATILLAS CASERAS	
711,5 kcal / 27 g P / 23,5 g L / 98 g HC		712 Kcal / 25 g P / 24 g L / 99 g HC		734,7 Kcal / 29 g P / 24,3 g L / 100 g HC		729 Kcal / 27 g P / 25 g L / 99 g HC		722 Kcal / 23 g P / 26 g L / 99 g HC	
12/9/2016		13/9/2016		14/9/2016		15/9/2016		16/9/2016	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
ENSALADA DE PAVO Y HUEVO ESTOFADO DE TERNERA AGUA, PAN INTEGRAL PLATANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO		PURÉ DE VERDURAS GUISO DE PESCADO CON ALETRÍA AGUA, PAN PERA Y YOGUR		LENTEJAS CON ARROZ Y CHORIZO TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE		ENSALADA MURCIANA PAELLA DE PESCADO Y CALAMAR AGUA, MANZANA, PAN Y YOGUR		SOPA CUBIERTA MERLUZA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE	
649 Kcal / 25 g P / 21 g L / 90 g HC		656,75 Kcal / 26 g P / 22,3 g L / 88 g HC		694,6 Kcal / 22,3 g P / 24,6 g L / 96 g HC		692,2 Kcal / 23,9 g P / 23 g L / 97,4 g HC		662 Kcal / 26 g P / 22 g L / 90 g HC	
19/9/2016		20/9/2016		21/9/2016		22/9/2016		23/9/2016	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
ENSALADA MIXTA CON CABALLA GUISO DE COSTILLEJAS CON PATATAS Y GUISANTES AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio MELOCOTÓN ALMIBAR		ENSALADA MURCIANA CON ATÚN Y HUEVO TALLARINES BOLOÑESA AGUA, PAN PLATANO Y YOGUR		CREMA DE VERDURA MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS FRITAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE		SOPA CON JAMÓN YORK, HUEVO DURO Y PICATOSTES ASADO DE POLLO A LA MURCIANA AGUA, CÍTRICO, PAN Y YOGUR		ENSALADA VARIADA CON QUESO ARROZ A LA CUBANA CON SALCHICHA Y TORTILLA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y FLAN CASERO	
668,9 Kcal / 22,3 g P / 21,3 g L / 97 g HC		618 Kcal / 25 g P / 22 g L / 80 g HC		692,1 Kcal / 24,3 g P / 23,3 g L / 96,3 g HC		682,6 Kcal / 26,3 g P / 17,8 g L / 104,3 g HC		678 Kcal / 24 g P / 26 g L / 87 g HC	
26/9/2016		27/9/2016		28/9/2016		29/9/2016		30/9/2016	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
ENSALADA CON QUESO GUISO DE ALBÓNDIGAS AVE CON TOMATE AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO		CREMA DE VERDURAS NARANJAS TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO AGUA, PAN MANZANA Y YOGUR		ENSALADA FRESCA CON PEPINO, MAIZ Y ZANAHORIA ARROZ CON MAGRA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR		ENSALADA CON ATÚN MARMITAKO DE ATÚN AGUA, PAN PERA Y YOGUR		ALUBIAS ESTOFADAS* REDONDO DE PAVO CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE *Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA DE PASTA	
711,9 Kcal / 28 g P / 24,3 g L / 95,3 g HC		679 Kcal / 23,3 g P / 22 g L / 96,7 g HC		695,8 Kcal / 25,2 g P / 23 g L / 97 g HC		669,4 Kcal / 24,3 g P / 23 g L / 91,3 g HC		725 Kcal / 27 g P / 25 g L / 98 g HC	
3/10/2016		4/10/2016		5/10/2016		6/10/2016		7/10/2016	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
CREMA DE CALABACÍN CON QUESITOS MERLUZA EN SALSA CON PATATAS AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PIÑA EN SU JUGO		ENSALADA COMPLETA ESTOFADO DE POLLO CON ENSALADA AGUA, PAN PERA Y YOGUR Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA COMPLETA		ENSALADA MURCIANA ARROZ DE PESCADO AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y YOGUR		SOPA DE COCIDO COCIDO CON PELOTAS AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y YOGUR		CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA MACARRONES BOLOÑESA CON QUESO GRATINADO AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y PAN DE CALATRAVA	
671,2 Kcal / 24,3 g P / 22 g L / 94 g HC		638,4 Kcal / 24,1 g P / 18 g L / 95 g HC		617 Kcal / 22 g P / 21 g L / 85 g HC		634 Kcal / 23 g P / 18 g L / 95 g HC		699 Kcal / 24 g P / 23 g L / 99 g HC	
10/10/2016		11/10/2016		FESTIVO		13/10/2016		14/10/2016	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
ENSALADA MIXTA TERNERA EN SALSA CONDADITOS DE PATATA AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO		PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON TOMATE AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR		ENSALADA CON QUESO PAELLA MIXTA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR		MACARRONES GRATINADOS MERLUZA A LA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y YOGUR		ENSALADA CON CABALLITAS GUISO DE LENTEJAS CON COSTILLEJAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE	
695,7 Kcal / 26 g P / 25,3 g L / 91 g HC		673,4 Kcal / 22,6 g P / 23,4 g L / 93,1 g HC		726,4 Kcal / 25,1 g P / 22 g L / 107 g HC		719,5 Kcal / 32,8 g P / 17,8 g L / 106,9 g HC		661,3 Kcal / 28,7 g P / 21,3 g L / 88,7 g HC	

C.E.I.P. JOAQUIN CARRION



17/10/2016	18/10/2016	19/10/2016	20/10/2016	21/10/2016
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA DE POLLO Y VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS ASADAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PiÑA EN SU JUGO	MACARRONES NAPOLITANA TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE	ENSALADA MIXTA ASADO DE POLLO CON PATATAS AGUA, PERA, PAN Y YOGUR	CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE AVE CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y NATILLAS CASERAS
711,5 kcal / 27 g P / 23,5 g L / 98 g HC	712 Kcal / 25 g P / 24 g L / 99 g HC	734,7 Kcal / 29 g P / 24,3 g L / 100 g HC	729 Kcal / 27 g P / 25 g L / 99 g HC	722 Kcal / 23 g P / 26 g L / 99 g HC
24/10/2016	25/10/2016	26/10/2016	27/10/2016	28/10/2016
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA DE PAVO Y HUEVO ESTOFADO DE TERNERA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO	PURÉ DE VERDURAS GUIZO DE PESCADO CON ALETRÍA AGUA, PAN PERA Y YOGUR	LENTEJAS CON ARROZ Y CHORIZO TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE	ENSALADA MURCIANA PAELLA DE PESCADO Y CALAMAR AGUA, MANZANA, PAN Y YOGUR	SOPA CUBIERTA MERLUZA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE
649 Kcal / 25 g P / 21 g L / 90 g HC	656,75 Kcal / 26 g P / 22,3 g L / 88 g HC	694,6 Kcal / 22,3 g P / 24,6 g L / 96 g HC	692,2 Kcal / 23,9 g P / 23 g L / 97,4 g HC	662 Kcal / 26 g P / 22 g L / 90 g HC
FESTIVO		2/11/2016	3/11/2016	4/11/2016
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA MIXTA CON CABALLA GUIZO DE COSTILLEJAS CON PATATAS Y GUISANTES AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio MELOCOTÓN ALMIBAR	ENSALADA MURCIANA CON ATÚN Y HUEVO TALLARINES BOLOÑESA AGUA, PAN PLÁTANO Y YOGUR	CREMA DE VERDURA MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS FRITAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE	SOPA CON JAMÓN YORK, HUEVO DURO Y PICATOSTES ASADO DE POLLO A LA MURCIANA AGUA, CÍTRICO, PAN Y YOGUR	ENSALADA VARIADA CON QUESO ARROZ A LA CUBANA CON SALCHICHA Y TORTILLA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y FLAN CASERO
668,9 Kcal / 22,3 g P / 21,3 g L / 97 g HC	618 Kcal / 25 g P / 22 g L / 80 g HC	692,1 Kcal / 24,3 g P / 23,3 g L / 96,3 g HC	682,6 Kcal / 26,3 g P / 17,8 g L / 104,3 g HC	678 Kcal / 24 g P / 26 g L / 87 g HC
7/11/2016	8/11/2016	9/11/2016	10/11/2016	11/11/2016
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA CON QUESO GUIZO DE ALBÓNDIGAS AVE CON TOMATE AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO	CREMA DE VERDURAS NARANJAS TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO AGUA, PAN MANZANA Y YOGUR	ENSALADA FRESCA CON PEPINO, MAÍZ Y ZANAHORIA ARROZ CON MAGRA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR	ENSALADA CON ATÚN MARMITAKO DE ATÚN AGUA, PAN PERA Y YOGUR	ALUBIAS ESTOFADAS* REDONDO DE PAVO CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE *Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA DE PASTA
711,9 Kcal / 28 g P / 24,3 g L / 95,3 g HC	679 Kcal / 23,3 g P / 22 g L / 96,7 g HC	695,8 Kcal / 25,2 g P / 23 g L / 97 g HC	669,4 Kcal / 24,3 g P / 23 g L / 91,3 g HC	725 Kcal / 27 g P / 25 g L / 98 g HC
14/11/2016	15/11/2016	16/11/2016	17/11/2016	18/11/2016
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
CREMA DE CALABACÍN CON QUESITOS MERLUZA EN SALSA CON PATATAS AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PiÑA EN SU JUGO	ENSALADA COMPLETA ESTOFADO DE POLLO CON ENSALADA AGUA, PAN PERA Y YOGUR Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA COMPLETA	ENSALADA MURCIANA ARROZ DE PESCADO AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO CON PELOTAS AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y YOGUR	CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA MACARRONES BOLOÑESA CON QUESO GRATINADO AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y PAN DE CALATRAVA
671,2 Kcal / 24,3 g P / 22 g L / 94 g HC	638,4 Kcal / 24,1 g P / 18 g L / 95 g HC	617 Kcal / 22 g P / 21 g L / 85 g HC	634 Kcal / 23 g P / 18 g L / 95 g HC	699 Kcal / 24 g P / 23 g L / 99 g HC
21/11/2016	22/11/2016	23/11/2016	24/11/2016	25/11/2016
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA MIXTA TERNERA EN SALSA CONDADITOS DE PATATA AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO	PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON TOMATE AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR	ENSALADA CON QUESO PAELLA MIXTA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR	MACARRONES GRATINADOS MERLUZA A LA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y YOGUR	ENSALADA CON CABALLITAS GUIZO DE LENTEJAS CON COSTILLEJAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE
695,7 Kcal / 26 g P / 25,3 g L / 91 g HC	673,4 Kcal / 22,6 g P / 23,4 g L / 93,1 g HC	726,4 Kcal / 25,1 g P / 22 g L / 107 g HC	719,5 Kcal / 32,8 g P / 17,8 g L / 106,9 g HC	661,3 Kcal / 28,7 g P / 21,3 g L / 88,7 g HC

C.E.I.P. JOAQUIN CARRION



FESTIVO		29/11/2016	30/11/2016	1/12/2016	2/12/2016
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
SOPA DE POLLO Y VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS ASADAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PiÑA EN SU JUGO	MACARRONES NAPOLITANA TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE	ENSALADA MIXTA ASADO DE POLLO CON PATATAS AGUA, PERA, PAN Y YOGUR	CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE AVE CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y NATILLAS CASERAS	
711,5 Kcal / 27 g P / 23,5 g L / 98 g HC	712 Kcal / 25 g P / 24 g L / 99 g HC	734,7 Kcal / 29 g P / 24,3 g L / 100 g HC	729 Kcal / 27 g P / 25 g L / 99 g HC	722 Kcal / 23 g P / 26 g L / 99 g HC	
FESTIVO		FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	9/12/2016
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
ENSALADA DE PAVO Y HUEVO ESTOFADO DE TERNERA AGUA, PAN INTEGRAL PLATANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO	PURÉ DE VERDURAS GUISO DE PESCADO CON ALETRÍA AGUA, PAN PERA Y YOGUR	LENTEJAS CON ARROZ Y CHORIZO TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE	ENSALADA MURCIANA PAELLA DE PESCADO Y CALAMAR AGUA, MANZANA, PAN Y YOGUR	SOPA CUBIERTA MERLUZA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE	
649 Kcal / 25 g P / 21 g L / 90 g HC	656,75 Kcal / 26 g P / 22,3 g L / 88 g HC	694,6 Kcal / 22,3 g P / 24,6 g L / 96 g HC	692,2 Kcal / 23,9 g P / 23 g L / 97,4 g HC	662 Kcal / 26 g P / 22 g L / 90 g HC	
12/12/2016		13/12/2016	14/12/2016	15/12/2016	16/12/2016
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
ENSALADA MIXTA CON CABALLA GUISO DE COSTILLEJAS CON PATATAS Y GUISANTES AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio MELOCOTÓN ALMIBAR	ENSALADA MURCIANA CON ATÚN Y HUEVO TALLARINES BOLOÑESA AGUA, PAN PLATANO Y YOGUR	CREMA DE VERDURA MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS FRITAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE	SOPA CON JAMÓN YORK, HUEVO DURO Y PICATOSTES ASADO DE POLLO A LA MURCIANA AGUA, CÍTRICO, PAN Y YOGUR	ENSALADA VARIADA CON QUESO ARROZ A LA CUBANA CON SALCHICHA Y TORTILLA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y FLAN CASERO	
668,9 Kcal / 22,3 g P / 21,3 g L / 97 g HC	618 Kcal / 25 g P / 22 g L / 80 g HC	692,1 Kcal / 24,3 g P / 23,3 g L / 96,3 g HC	682,6 Kcal / 26,3 g P / 17,8 g L / 104,3 g HC	678 Kcal / 24 g P / 26 g L / 87 g HC	
19/12/2016		20/12/2016	21/12/2016	22/12/2016	23/12/2016
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
ENSALADA CON QUESO GUISO DE ALBÓNDIGAS AVE CON TOMATE AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO	CREMA DE VERDURAS NARANJAS TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO AGUA, PAN MANZANA Y YOGUR	ENSALADA FRESCA CON PEPINO, MAIZ Y ZANAHORIA ARROZ CON MAGRA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR	ENSALADA CON ATÚN MARMITAKO DE ATÚN AGUA, PAN PERA Y YOGUR	ALUBIAS ESTOFADAS* REDONDO DE PAVO CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE *Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA DE PASTA	
711,9 Kcal / 28 g P / 24,3 g L / 95,3 g HC	679 Kcal / 23,3 g P / 22 g L / 96,7 g HC	695,8 Kcal / 25,2 g P / 23 g L / 97 g HC	669,4 Kcal / 24,3 g P / 23 g L / 91,3 g HC	725 Kcal / 27 g P / 25 g L / 98 g HC	
9/1/2017		10/1/2017	11/1/2017	12/1/2017	13/1/2017
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
CREMA DE CALABACÍN CON QUESITOS MERLUZA EN SALSA CON PATATAS AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PiÑA EN SU JUGO	ENSALADA COMPLETA ESTOFADO DE POLLO CON ENSALADA AGUA, PAN PERA Y YOGUR Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA COMPLETA	ENSALADA MURCIANA ARROZ DE PESCADO AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO CON PELOTAS AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y YOGUR	CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA MACARRONES BOLOÑESA CON QUESO GRATINADO AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y PAN DE CALATRAVA	
671,2 Kcal / 24,3 g P / 22 g L / 94 g HC	638,4 Kcal / 24,1 g P / 18 g L / 95 g HC	617 Kcal / 22 g P / 21 g L / 85 g HC	634 Kcal / 23 g P / 18 g L / 95 g HC	699 Kcal / 24 g P / 23 g L / 99 g HC	
16/1/2017		17/1/2017	18/1/2017	19/1/2017	20/1/2017
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
ENSALADA MIXTA TERNERA EN SALSA CONDADITOS DE PATATA AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO	PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON TOMATE AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR	ENSALADA CON QUESO PAELLA MIXTA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR	MACARRONES GRATINADOS MERLUZA A LA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y YOGUR	ENSALADA CON CABALLITAS GUISO DE LENTEJAS CON COSTILLEJAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE	
695,7 Kcal / 26 g P / 25,3 g L / 91 g HC	673,4 Kcal / 22,6 g P / 23,4 g L / 93,1 g HC	726,4 Kcal / 25,1 g P / 22 g L / 107 g HC	719,5 Kcal / 32,8 g P / 17,8 g L / 106,9 g HC	661,3 Kcal / 28,7 g P / 21,3 g L / 88,7 g HC	

C.E.I.P. JOAQUIN CARRION



23/1/2017	24/1/2017	25/1/2017	26/1/2017	27/1/2017
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA DE POLLO Y VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS ASADAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PIÑA EN SU JUGO	MACARRONES NAPOLITANA TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE	ENSALADA MIXTA ASADO DE POLLO CON PATATAS AGUA, PERA, PAN Y YOGUR	CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE AVE CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y NATILLAS CASERAS
711,5 kcal / 27 g P / 23,5 g L / 98 g HC	712 Kcal / 25 g P / 24 g L / 99 g HC	734,7 Kcal / 29 g P / 24,3 g L / 100 g HC	729 Kcal / 27 g P / 25 g L / 99 g HC	722 Kcal / 23 g P / 26 g L / 99 g HC
30/1/2017	31/1/2017	1/2/2017	2/2/2017	FESTIVO
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA DE PAVO Y HUEVO ESTOFADO DE TERNERA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO	PURÉ DE VERDURAS GUIZO DE PESCADO CON ALETRÍA AGUA, PAN PERA Y YOGUR	LENTEJAS CON ARROZ Y CHORIZO TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE	ENSALADA MURCIANA PAELLA DE PESCADO Y CALAMAR AGUA, MANZANA, PAN Y YOGUR	SOPA CUBIERTA MERLUZA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE
649 Kcal / 25 g P / 21 g L / 90 g HC	656,75 Kcal / 26 g P / 22,3 g L / 88 g HC	694,6 Kcal / 22,3 g P / 24,6 g L / 96 g HC	692,2 Kcal / 23,9 g P / 23 g L / 97,4 g HC	662 Kcal / 26 g P / 22 g L / 90 g HC
6/2/2017	7/2/2017	8/2/2017	9/2/2017	10/2/2017
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA MIXTA CON CABALLA GUIZO DE COSTILLEJAS CON PATATAS Y GUIZANTES AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio MELOCOTÓN ALMIBAR	ENSALADA MURCIANA CON ATÚN Y HUEVO TALLARINES BOLOÑESA AGUA, PAN PLÁTANO Y YOGUR	CREMA DE VERDURA MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS FRITAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE	SOPA CON JAMÓN YORK, HUEVO DURO Y PICATOSTES ASADO DE POLLO A LA MURCIANA AGUA, CÍTRICO, PAN Y YOGUR	ENSALADA VARIADA CON QUESO ARROZ A LA CUBANA CON SALCHICHA Y TORTILLA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y FLAN CASERO
668,9 Kcal / 22,3 g P / 21,3 g L / 97 g HC	618 Kcal / 25 g P / 22 g L / 80 g HC	692,1 Kcal / 24,3 g P / 23,3 g L / 96,3 g HC	682,6 Kcal / 26,3 g P / 17,8 g L / 104,3 g HC	678 Kcal / 24 g P / 26 g L / 87 g HC
13/2/2017	14/2/2017	15/2/2017	16/2/2017	17/2/2017
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA CON QUESO GUIZO DE ALBÓNDIGAS AVE CON TOMATE AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO	CREMA DE VERDURAS NARANJAS TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO AGUA, PAN MANZANA Y YOGUR	ENSALADA FRESCA CON PEPINO, MAÍZ Y ZANAHORIA ARROZ CON MAGRA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR	ENSALADA CON ATÚN MARMITAKO DE ATÚN AGUA, PAN PERA Y YOGUR	ALUBIAS ESTOFADAS* REDONDO DE PAVO CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE *Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA DE PASTA
711,9 Kcal / 28 g P / 24,3 g L / 95,3 g HC	679 Kcal / 23,3 g P / 22 g L / 96,7 g HC	695,8 Kcal / 25,2 g P / 23 g L / 97 g HC	669,4 Kcal / 24,3 g P / 23 g L / 91,3 g HC	725 Kcal / 27 g P / 25 g L / 98 g HC
20/2/2017	21/2/2017	22/2/2017	23/2/2017	24/2/2017
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
CREMA DE CALABACÍN CON QUESITOS MERLUZA EN SALSA CON PATATAS AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PIÑA EN SU JUGO	ENSALADA COMPLETA ESTOFADO DE POLLO CON ENSALADA AGUA, PAN PERA Y YOGUR Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA COMPLETA	ENSALADA MURCIANA ARROZ DE PESCADO AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO CON PELOTAS AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y YOGUR	CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA MACARRONES BOLOÑESA CON QUESO GRATINADO AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y PAN DE CALATRAVA
671,2 Kcal / 24,3 g P / 22 g L / 94 g HC	638,4 Kcal / 24,1 g P / 18 g L / 95 g HC	617 Kcal / 22 g P / 21 g L / 85 g HC	634 Kcal / 23 g P / 18 g L / 95 g HC	699 Kcal / 24 g P / 23 g L / 99 g HC
27/2/2017	28/2/2017	1/3/2017	2/3/2017	3/3/2017
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA MIXTA TERNERA EN SALSA CONDADITOS DE PATATA AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO	PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON TOMATE AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR	ENSALADA CON QUESO PAELLA MIXTA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR	MACARRONES GRATINADOS MERLUZA A LA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y YOGUR	ENSALADA CON CABALLITAS GUIZO DE LENTEJAS CON COSTILLEJAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE
695,7 Kcal / 26 g P / 25,3 g L / 91 g HC	673,4 Kcal / 22,6 g P / 23,4 g L / 93,1 g HC	726,4 Kcal / 25,1 g P / 22 g L / 107 g HC	719,5 Kcal / 32,8 g P / 17,8 g L / 106,9 g HC	661,3 Kcal / 28,7 g P / 21,3 g L / 88,7 g HC

C.E.I.P. JOAQUIN CARRION



6/3/2017		7/3/2017		8/3/2017		9/3/2017		10/3/2017	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
SOPA DE POLLO Y VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS ASADAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PiÑA EN SU JUGO		MACARRONES NAPOLITANA TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR		SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE		ENSALADA MIXTA ASADO DE POLLO CON PATATAS AGUA, PERA, PAN Y YOGUR		CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE AVE CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y NATILLAS CASERAS	
711,5 kcal / 27 g P / 23,5 g L / 98 g HC		712 Kcal / 25 g P / 24 g L / 99 g HC		734,7 Kcal / 29 g P / 24,3 g L / 100 g HC		729 Kcal / 27 g P / 25 g L / 99 g HC		722 Kcal / 23 g P / 26 g L / 99 g HC	
13/3/2017		14/3/2017		15/3/2017		16/3/2017		17/3/2017	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
ENSALADA DE PAVO Y HUEVO ESTOFADO DE TERNERA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO		PURÉ DE VERDURAS GUIZO DE PESCADO CON ALETRÍA AGUA, PAN PERA Y YOGUR		LENTEJAS CON ARROZ Y CHORIZO TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE		ENSALADA MURCIANA PAELLA DE PESCADO Y CALAMAR AGUA, MANZANA, PAN Y YOGUR		SOPA CUBIERTA MERLUZA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE	
649 Kcal / 25 g P / 21 g L / 90 g HC		656,75 Kcal / 26 g P / 22,3 g L / 88 g HC		694,6 Kcal / 22,3 g P / 24,6 g L / 96 g HC		692,2 Kcal / 23,9 g P / 23 g L / 97,4 g HC		662 Kcal / 26 g P / 22 g L / 90 g HC	
20/3/2017		21/3/2017		22/3/2017		23/3/2017		24/3/2017	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
ENSALADA MIXTA CON CABALLA GUIZO DE COSTILLEJAS CON PATATAS Y GUIZANTES AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio MELOCOTÓN ALMIBAR		ENSALADA MURCIANA CON ATÚN Y HUEVO TALLARINES BOLOÑESA AGUA, PAN PLÁTANO Y YOGUR		CREMA DE VERDURA MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS FRITAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE		SOPA CON JAMÓN YORK, HUEVO DURO Y PICATOSTES ASADO DE POLLO A LA MURCIANA AGUA, CÍTRICO, PAN Y YOGUR		ENSALADA VARIADA CON QUESO ARROZ A LA CUBANA CON SALCHICHA Y TORTILLA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y FLAN CASERO	
668,9 Kcal / 22,3 g P / 21,3 g L / 97 g HC		618 Kcal / 25 g P / 22 g L / 80 g HC		692,1 Kcal / 24,3 g P / 23,3 g L / 96,3 g HC		682,6 Kcal / 26,3 g P / 17,8 g L / 104,3 g HC		678 Kcal / 24 g P / 26 g L / 87 g HC	
27/3/2017		28/3/2017		29/3/2017		30/3/2017		31/3/2017	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
ENSALADA CON QUESO GUIZO DE ALBÓNDIGAS AVE CON TOMATE AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO		CREMA DE VERDURAS NARANJAS TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO AGUA, PAN MANZANA Y YOGUR		ENSALADA FRESCA CON PEPINO, MAÍZ Y ZANAHORIA ARROZ CON MAGRA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR		ENSALADA CON ATÚN MARMITAKO DE ATÚN AGUA, PAN PERA Y YOGUR		ALUBIAS ESTOFADAS* REDONDO DE PAVO CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE *Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA DE PASTA	
711,9 Kcal / 28 g P / 24,3 g L / 95,3 g HC		679 Kcal / 23,3 g P / 22 g L / 96,7 g HC		695,8 Kcal / 25,2 g P / 23 g L / 97 g HC		669,4 Kcal / 24,3 g P / 23 g L / 91,3 g HC		725 Kcal / 27 g P / 25 g L / 98 g HC	
3/4/2017		4/4/2017		5/4/2017		6/4/2017		7/4/2017	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
CREMA DE CALABACÍN CON QUESITOS MERLUZA EN SALSA CON PATATAS AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PiÑA EN SU JUGO		ENSALADA COMPLETA ESTOFADO DE POLLO CON ENSALADA AGUA, PAN PERA Y YOGUR Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA COMPLETA		ENSALADA MURCIANA ARROZ DE PESCADO AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y YOGUR		SOPA DE COCIDO COCIDO CON PELOTAS AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y YOGUR		CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA MACARRONES BOLOÑESA CON QUESO GRATINADO AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y PAN DE CALATRAVA	
671,2 Kcal / 24,3 g P / 22 g L / 94 g HC		638,4 Kcal / 24,1 g P / 18 g L / 95 g HC		617 Kcal / 22 g P / 21 g L / 85 g HC		634 Kcal / 23 g P / 18 g L / 95 g HC		699 Kcal / 24 g P / 23 g L / 99 g HC	
FESTIVO		FESTIVO		FESTIVO		20/4/2017		21/4/2017	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
ENSALADA MIXTA TERNERA EN SALSA CONDADITOS DE PATATA AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO		PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON TOMATE AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR		ENSALADA CON QUESO PAELLA MIXTA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR		MACARRONES GRATINADOS MERLUZA A LA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y YOGUR		ENSALADA CON CABALLITAS GUIZO DE LENTEJAS CON COSTILLEJAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE	
695,7 Kcal / 26 g P / 25,3 g L / 91 g HC		673,4 Kcal / 22,6 g P / 23,4 g L / 93,1 g HC		726,4 Kcal / 25,1 g P / 22 g L / 107 g HC		719,5 Kcal / 32,8 g P / 17,8 g L / 106,9 g HC		661,3 Kcal / 28,7 g P / 21,3 g L / 88,7 g HC	

C.E.I.P. JOAQUIN CARRION



24/4/2017		25/4/2017		26/4/2017		27/4/2017		28/4/2017	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
SOPA DE POLLO Y VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS ASADAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PiÑA EN SU JUGO		MACARRONES NAPOLITANA TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR		SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE		ENSALADA MIXTA ASADO DE POLLO CON PATATAS AGUA, PERA, PAN Y YOGUR		CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE AVE CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y NATILLAS CASERAS	
711,5 kcal / 27 g P / 23,5 g L / 98 g HC		712 Kcal / 25 g P / 24 g L / 99 g HC		734,7 Kcal / 29 g P / 24,3 g L / 100 g HC		729 Kcal / 27 g P / 25 g L / 99 g HC		722 Kcal / 23 g P / 26 g L / 99 g HC	
FESTIVO		2/5/2017		3/5/2017		4/5/2017		5/5/2017	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
ENSALADA DE PAVO Y HUEVO ESTOFADO DE TERNERA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO		PURÉ DE VERDURAS GUIZO DE PESCADO CON ALETRÍA AGUA, PAN PERA Y YOGUR		LENTEJAS CON ARROZ Y CHORIZO TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE		ENSALADA MURCIANA PAELLA DE PESCADO Y CALAMAR AGUA, MANZANA, PAN Y YOGUR		SOPA CUBIERTA MERLUZA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE	
649 Kcal / 25 g P / 21 g L / 90 g HC		656,75 Kcal / 26 g P / 22,3 g L / 88 g HC		694,6 Kcal / 22,3 g P / 24,6 g L / 96 g HC		692,2 Kcal / 23,9 g P / 23 g L / 97,4 g HC		662 Kcal / 26 g P / 22 g L / 90 g HC	
8/5/2017		9/5/2017		10/5/2017		11/5/2017		12/5/2017	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
ENSALADA MIXTA CON CABALLA GUIZO DE COSTILLEJAS CON PATATAS Y GUISANTES AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio MELOCOTÓN ALMIBAR		ENSALADA MURCIANA CON ATÚN Y HUEVO TALLARINES BOLONESA AGUA, PAN PLÁTANO Y YOGUR		CREMA DE VERDURA MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS FRITAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE		SOPA CON JAMÓN YORK, HUEVO DURO Y PICATOSTES ASADO DE POLLO A LA MURCIANA AGUA, CÍTRICO, PAN Y YOGUR		ENSALADA VARIADA CON QUESO ARROZ A LA CUBANA CON SALCHICHA Y TORTILLA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y FLAN CASERO	
668,9 Kcal / 22,3 g P / 21,3 g L / 97 g HC		618 Kcal / 25 g P / 22 g L / 80 g HC		692,1 Kcal / 24,3 g P / 23,3 g L / 96,3 g HC		682,6 Kcal / 26,3 g P / 17,8 g L / 104,3 g HC		678 Kcal / 24 g P / 26 g L / 87 g HC	
15/5/2017		16/5/2017		17/5/2017		18/5/2017		19/5/2017	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
ENSALADA CON QUESO GUIZO DE ALBÓNDIGAS AVE CON TOMATE AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO		CREMA DE VERDURAS NARANJAS TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO AGUA, PAN MANZANA Y YOGUR		ENSALADA FRESCA CON PEPINO, MAÍZ Y ZANAHORIA ARROZ CON MAGRA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR		ENSALADA CON ATÚN MARMITAKO DE ATÚN AGUA, PAN PERA Y YOGUR		ALUBIAS ESTOFADAS* REDONDO DE PAVO CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE *Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA DE PASTA	
711,9 Kcal / 28 g P / 24,3 g L / 95,3 g HC		679 Kcal / 23,3 g P / 22 g L / 96,7 g HC		695,8 Kcal / 25,2 g P / 23 g L / 97 g HC		669,4 Kcal / 24,3 g P / 23 g L / 91,3 g HC		725 Kcal / 27 g P / 25 g L / 98 g HC	
22/5/2017		23/5/2017		24/5/2017		25/5/2017		26/5/2017	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
CREMA DE CALABACÍN CON QUESITOS MERLUZA EN SALSA CON PATATAS AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PiÑA EN SU JUGO		ENSALADA COMPLETA ESTOFADO DE POLLO CON ENSALADA AGUA, PAN PERA Y YOGUR Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA COMPLETA		ENSALADA MURCIANA ARROZ DE PESCADO AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y YOGUR		SOPA DE COCIDO COCIDO CON PELOTAS AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y YOGUR		CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA MACARRONES BOLONESA CON QUESO GRATINADO AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y PAN DE CALATRAVA	
671,2 Kcal / 24,3 g P / 22 g L / 94 g HC		638,4 Kcal / 24,1 g P / 18 g L / 95 g HC		617 Kcal / 22 g P / 21 g L / 85 g HC		634 Kcal / 23 g P / 18 g L / 95 g HC		699 Kcal / 24 g P / 23 g L / 99 g HC	
29/5/2017		30/5/2017		31/5/2017		1/6/2017		2/6/2017	
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES	
ENSALADA MIXTA TERNERA EN SALSA CONDADITOS DE PATATA AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO		PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON TOMATE AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR		ENSALADA CON QUESO PAELLA MIXTA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR		MACARRONES GRATINADOS MERLUZA A LA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y YOGUR		ENSALADA CON CABALLITAS GUIZO DE LENTEJAS CON COSTILLEJAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE	
695,7 Kcal / 26 g P / 25,3 g L / 91 g HC		673,4 Kcal / 22,6 g P / 23,4 g L / 93,1 g HC		726,4 Kcal / 25,1 g P / 22 g L / 107 g HC		719,5 Kcal / 32,8 g P / 17,8 g L / 106,9 g HC		661,3 Kcal / 28,7 g P / 21,3 g L / 88,7 g HC	

C.E.I.P. JOAQUIN CARRION



5/6/2017	6/6/2017	7/6/2017	8/6/2017	FESTIVO
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA DE POLLO Y VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS ASADAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PIÑA EN SU JUGO	MACARRONES NAPOLITANA TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE	ENSALADA MIXTA ASADO DE POLLO CON PATATAS AGUA, PERA, PAN Y YOGUR	CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE AVE CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y NATILLAS CASERAS
711,5 Kcal / 27 g P / 23,5 g L / 98 g HC	712 Kcal / 25 g P / 24 g L / 99 g HC	734,7 Kcal / 29 g P / 24,3 g L / 100 g HC	729 Kcal / 27 g P / 25 g L / 99 g HC	722 Kcal / 23 g P / 26 g L / 99 g HC
12/6/2017	13/6/2017	14/6/2017	15/6/2017	16/6/2017
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA DE PAVO Y HUEVO ESTOFADO DE TERNERA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO	PURÉ DE VERDURAS GUIZO DE PESCADO CON ALETRÍA AGUA, PAN PERA Y YOGUR	LENTEJAS CON ARROZ Y CHORIZO TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE	ENSALADA MURCIANA PAELLA DE PESCADO Y CALAMAR AGUA, MANZANA, PAN Y YOGUR	SOPA CUBIERTA MERLUZA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE
649 Kcal / 25 g P / 21 g L / 90 g HC	656,75 Kcal / 26 g P / 22,3 g L / 88 g HC	694,6 Kcal / 22,3 g P / 24,6 g L / 96 g HC	692,2 Kcal / 23,9 g P / 23 g L / 97,4 g HC	662 Kcal / 26 g P / 22 g L / 90 g HC
19/6/2017	20/6/2017	21/6/2017	22/6/2017	23/6/2017
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA MIXTA CON CABALLA GUIZO DE COSTILLEJAS CON PATATAS Y GUISANTES AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio MELOCOTÓN ALMIBAR	ENSALADA MURCIANA CON ATÚN Y HUEVO TALLARINES BOLOÑESA AGUA, PAN PLÁTANO Y YOGUR	CREMA DE VERDURA MERLUZA A LA ROMANA CON PATATAS FRITAS AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE	SOPA CON JAMÓN YORK, HUEVO DURO Y PICATOSTES ASADO DE POLLO A LA MURCIANA AGUA, CÍTRICO, PAN Y YOGUR	ENSALADA VARIADA CON QUESO ARROZ A LA CUBANA CON SALCHICHA Y TORTILLA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y PLAN CASERO
668,9 Kcal / 22,3 g P / 21,3 g L / 97 g HC	618 Kcal / 25 g P / 22 g L / 80 g HC	692,1 Kcal / 24,3 g P / 23,3 g L / 96,3 g HC	682,6 Kcal / 26,3 g P / 17,8 g L / 104,3 g HC	678 Kcal / 24 g P / 26 g L / 87 g HC
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA CON QUESO GUIZO DE ALBÓNDIGAS AVE CON TOMATE AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO	CREMA DE VERDURAS NARANJAS TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO AGUA, PAN MANZANA Y YOGUR	ENSALADA FRESCA CON PEPINO, MAIZ Y ZANAHORIA ARROZ CON MAGRA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR	ENSALADA CON ATÚN MARMITAKO DE ATÚN AGUA, PAN PERA Y YOGUR	ALUBIAS ESTOFADAS* REDONDO DE PAVO CON ENSALADA AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE *Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA DE PASTA
711,9 Kcal / 28 g P / 24,3 g L / 95,3 g HC	679 Kcal / 23,3 g P / 22 g L / 96,7 g HC	695,8 Kcal / 25,2 g P / 23 g L / 97 g HC	669,4 Kcal / 24,3 g P / 23 g L / 91,3 g HC	725 Kcal / 27 g P / 25 g L / 98 g HC
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
CREMA DE CALABACÍN CON QUESITOS MERLUZA EN SALSA CON PATATAS AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio PIÑA EN SU JUGO	ENSALADA COMPLETA ESTOFADO DE POLLO CON ENSALADA AGUA, PAN PERA Y YOGUR Primer Plato Mayo-Junio ENSALADA COMPLETA	ENSALADA MURCIANA ARROZ DE PESCADO AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y YOGUR	SOPA DE COCIDO COCIDO CON PELOTAS AGUA, PAN INTEGRAL CÍTRICO Y YOGUR	CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA MACARRONES BOLOÑESA CON QUESO GRATINADO AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y PAN DE CALATRAVA
671,2 Kcal / 24,3 g P / 22 g L / 94 g HC	638,4 Kcal / 24,1 g P / 18 g L / 95 g HC	617 Kcal / 22 g P / 21 g L / 85 g HC	634 Kcal / 23 g P / 18 g L / 95 g HC	699 Kcal / 24 g P / 23 g L / 99 g HC
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
ENSALADA MIXTA TERNERA EN SALSA CONDADITOS DE PATATA AGUA, PAN INTEGRAL MANZANA Y VASO DE LECHE Postre Mayo-Junio HELADO	PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CON TOMATE AGUA, PAN CÍTRICO Y YOGUR	ENSALADA CON QUESO PAELLA MIXTA AGUA, PAN INTEGRAL PLÁTANO Y YOGUR	MACARRONES GRATINADOS MERLUZA A LA PLANCHA CON VERDURAS AGUA, PAN INTEGRAL PERA Y YOGUR	ENSALADA CON CABALLITAS GUIZO DE LENTEJAS CON COSTILLEJAS AGUA, PAN INTEGRAL FRUTA TEMPORADA Y VASO DE LECHE
695,7 Kcal / 26 g P / 25,3 g L / 91 g HC	673,4 Kcal / 22,6 g P / 23,4 g L / 93,1 g HC	726,4 Kcal / 25,1 g P / 22 g L / 107 g HC	719,5 Kcal / 32,8 g P / 17,8 g L / 106,9 g HC	661,3 Kcal / 28,7 g P / 21,3 g L / 88,7 g HC