



| JUEVES / Donnerstag 1 | | VIERNES / Freitag 2 | |
|--------------------------|--|------------------------|--|
| FESTIVO | | FESTIVO | |

| LUNES / Montag 5 | | MARTES / Dienstag 6 | | MIÉRCOLES / Mittwoch 7 | | JUEVES / Donnerstag 8 | | VIERNES / Freitag 9 | |
|---|--|---|--|---|---|---|--|---|--|
| Arroz con tomate <i>Reis mit Tomatensauce</i> | | Judías Verdes <i>Grüne Bohnen</i> | | Lentejas con arroz <i>Linsensuppe mit Reis</i> | | Pure de verdura <i>Gemüsecremesuppe</i> | | Käse Spätzle <i>Pasta con queso</i> | |
| Pavo con salsa de hortalizas | | Huevo con jamón y salsa bechamel | | Pescado en salsa de hortalizas <i>Fisch mit Sauce</i> | | Lomo con tomate <i>Schweinelende mit Tomatensauce</i> | | Bockwurst mit Zwiebeln <i>Salchicha con cebolla frita</i> | |
| Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Erdbeersoße mit Vanillecreme <i>Crema de Vainilla con frutos rojos</i> | |
| de 3 a 8 años Kcal:643,5 Prot (g):26,5 Lip (g):31,5 HC (g):63,5 | de 9 a 12 años Kcal:836 Prot (g):34,5 Lip (g):38 HC (g):89 | de 3 a 8 años Kcal:598,5 Prot (g):26,7 Lip (g):24,5 HC (g):67,8 | de 9 a 12 años Kcal:762,3 Prot (g):31,2 Lip (g):29,5 HC (g):93 | de 3 a 8 años Kcal:601 Prot (g):26 Lip (g):20 HC (g):59 | de 9 a 12 años Kcal:783,33 Prot (g):42,33 Lip (g):24,66 HC (g):93 | de 3 a 8 años Kcal:608 Prot (g):31,75 Lip (g):20 HC (g):78,25 | de 9 a 12 años Kcal:737,5 Prot (g):37,6 Lip (g):25,5 HC (g):91,6 | de 3 a 8 años Kcal:585,5 Prot (g):26,5 Lip (g):28,5 HC (g):57,5 | de 9 a 12 años Kcal:788,25 Prot (g):38 Lip (g):44,25 HC (g):59,5 |

| LUNES / Montag 12 | | MARTES / Dienstag 13 | | MIÉRCOLES / Mittwoch 14 | | JUEVES / Donnerstag 15 | | VIERNES / Freitag 16 | |
|--|--|--|--|---|---|---|--|---|---|
| Acelga con Jamón <i>Mangold mit Schinken</i> | | Fideua con atún <i>Fideua mit fisch</i> | | Judías pintas con arroz <i>Weißer Bohnen mit Reis</i> | | Paella con Verduras <i>Paella mit Gemüse</i> | | Garbanzos con arroz <i>Kichererbsen mit Reis</i> | |
| Ternera Guisada en salsa de hortalizas <i>Gekochtes Kalbfleisch</i> | | Pescado con ensalada <i>Fisch mit Salat</i> | | San jacob con ensalada <i>Fisch mit Salat</i> | | Pescado con patatas al horno <i>Fisch mit Kartoffel</i> | | Pechuga empanada con ensalada <i>Paniertes Hähnchenbrust</i> | |
| Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Lacteo <i>Milchprodukt</i> | | Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | |
| de 3 a 8 años Kcal:606,35 Prot (g):28,16 Lip (g):25,33 HC (g):68,5 | de 9 a 12 años Kcal:695,5 Prot (g):37 Lip (g):33,5 HC (g):61,5 | de 3 a 8 años Kcal:600,5 Prot (g):23,5 Lip (g):22,5 HC (g):79,25 | de 9 a 12 años Kcal:781 Prot (g):35,5 Lip (g):31 HC (g):71 | de 3 a 8 años Kcal:608,5 Prot (g):33,5 Lip (g):24,5 HC (g):63,5 | de 9 a 12 años Kcal:787 Prot (g):39 Lip (g):27,25 HC (g):96,5 | de 3 a 8 años Kcal:608 Prot (g):31,75 Lip (g):20 HC (g):78,25 | de 9 a 12 años Kcal:769 Prot (g):42,5 Lip (g):27 HC (g):89 | de 3 a 8 años Kcal:608,5 Prot (g):33,5 Lip (g):24,5 HC (g):63,5 | de 9 a 12 años Kcal:787 Prot (g):39 Lip (g):27,25 HC (g):96,5 |

| LUNES / Montag 19 | | MARTES / Dienstag 20 | | MIÉRCOLES / Mittwoch 21 | | JUEVES / Donnerstag 22 | | VIERNES / Freitag 23 | |
|--|--|---|--|---|--|---|---|---|---|
| Paella pescado <i>Reis mit Fisch</i> | | Crema de calabacin <i>Gemüsecremesuppe</i> | | Lentejas con chorizo <i>Linsensuppe mit Chorizo</i> | | Sopa de Cocido <i>Kichererbsensuppe</i> | | Brocoli con patatas <i>Blumenkol mit Bechamelsauce</i> | |
| Albóndigas en salsa de hortalizas | | Carrillera Guisada con hortalizas <i>Gekochte Schweinebäckchen</i> | | Pescado con ensalada <i>Fisch mit Salat</i> | | Pastel de patata y carne gratinado | | Pescado con ensalada <i>Paniertes Salat</i> | |
| Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Lacteo <i>Milchprodukt</i> | | Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | |
| de 3 a 8 años Kcal:616 Prot (g):27 Lip (g):21,25 HC (g):77 | de 9 a 12 años Kcal:791,5 Prot (g):38 Lip (g):31,5 HC (g):89 | de 3 a 8 años Kcal:637,75 Prot (g):24 Lip (g):34 HC (g):60 | de 9 a 12 años Kcal:830,5 Prot (g):38,7 Lip (g):45,3 HC (g):67 | de 3 a 8 años Kcal:590 Prot (g):26,5 Lip (g):19 HC (g):82 | de 9 a 12 años Kcal:725 Prot (g):37,5 Lip (g):23 HC (g):92 | de 3 a 8 años Kcal:600,33 Prot (g):27,32 Lip (g):25 HC (g):66,4 | de 9 a 12 años Kcal:706,83 Prot (g):41,53 Lip (g):30,31 HC (g):69,6 | de 3 a 8 años Kcal:590 Prot (g):29,16 Lip (g):22,33 HC (g):68,4 | de 9 a 12 años Kcal:733,9 Prot (g):43,35 Lip (g):26,1 HC (g):81,4 |

| LUNES / Montag 26 | | MARTES / Dienstag 27 | | MIÉRCOLES / Mittwoch 28 | | JUEVES / Donnerstag 29 | | VIERNES / Freitag 30 | |
|--|---|---|---|---|--|---|--|---|--|
| Macarrones con chorizo <i>Gratinierte Röhrennudeln</i> | | Judías blancas con arroz <i>Weißer Bohnen mit Reis</i> | | Borrajá con patata <i>Borretschgemüse mit Kartoffeln</i> | | Garbanzos con arroz <i>Kichererbsen mit Reis</i> | | Arroz con tomate <i>Reis mit Tomatensauce</i> | |
| Pescado en salsa <i>Fisch mit Sauce</i> | | Hamburguesa con ensalada <i>Hamburger mit Kopfsalat</i> | | Pastel huevo y pollo | | Pescado al horno con hortalizas <i>Fisch mit Salat</i> | | Cabezada de cerdo con salsa de hortalizas | |
| Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | | Lacteo <i>Milchprodukt</i> | | Fruta y leche <i>Obst und Milch</i> | |
| de 3 a 8 años Kcal:622 Prot (g):27,66 Lip (g):22,63 HC (g):79,25 | de 9 a 12 años Kcal:777 Prot (g):49,75 Lip (g):25 HC (g):89 | de 3 a 8 años Kcal:638,5 Prot (g):23 Lip (g):32,5 HC (g):63,5 | de 9 a 12 años Kcal:889 Prot (g):32 Lip (g):41,75 HC (g):96,5 | de 3 a 8 años Kcal:605 Prot (g):38 Lip (g):27,5 HC (g):51,3 | de 9 a 12 años Kcal:784,5 Prot (g):49,5 Lip (g):31 HC (g):76,8 | de 3 a 8 años Kcal:590 Prot (g):26,5 Lip (g):19 HC (g):82 | de 9 a 12 años Kcal:725 Prot (g):37,5 Lip (g):23 HC (g):92 | de 3 a 8 años Kcal:643,5 Prot (g):26,5 Lip (g):31,5 HC (g):63,5 | de 9 a 12 años Kcal:836 Prot (g):34,5 Lip (g):38 HC (g):89 |

<http://www.eliseogodoy.org>
 email: comedor@eliseogodoy.org
 Tel: 976554095
 Valoración nutricional por D^a M^a Gloria Romero del Castillo Shelly, Diplomada en Nutrición Humana y Dietética N^o Colegiado: ARA00091
 Todos los segundos platos tienen guarimión de ensalada u hortalizas. Además toman mínimo una ración de pan
 Toda la verdura, hortalizas, legumbre, fruta y pasta son de agricultura ecológica. Dependiendo del mercado, aunque no ponga el d