

Lunes/Monday	Martes/Tuesday	Miércoles/Wednesday	Jueves/Thursday	Viernes/Friday					
1160 Kcal 69g Prot 65,8g Lip 63,7g Hc		1	749 Kcal 47,8g Prot 28,4g Lip 68,7g Hc	2	641 Kcal 49,4g Prot 33,3g Lip 33,1g Hc	3			
		Ensalada de garbanzos Pollo al horno con manzana Fruta de temporada	Crema hortelana Delicias Carbonero Bizcocho casero	Acelga fresca con patata Pavo al horno con naranja Yogur					
		Chickpea salad Roast chicken with apples Fresh Fruit	Cream of vegetables Fish delicacies Homemade pound cake	Fresh swiss chard/potatoes Turkey with orange sauce Yogurt					
862 Kcal 15,7g Prot 35,7g Lip 106,8g Hc	6	849 Kcal 32,1g Prot 24,4g Lip 108,2g Hc	7	696 Kcal 46,8g Prot 40g Lip 33,5g Hc	8	902 Kcal 36,5g Prot 46,7g Lip 74,1g Hc	9	771 Kcal 44,2g Prot 28,2g Lip 83,1g Hc	10
Cardo a la navarra Escalope merluza c/york/queso Fruta de temporada	Alubia roja con calabaza ECO Tortilla de patata con cebolla Fruta de temporada	Judía verde con patata Bistec pollo empanado Yogur	Crema de calabaza ECO Albóndigas caseras Fruta de temporada	Arroz con verduras Limanda horno c/panache de verduras Yogur					
Navarran style vegetable Breaded hake with ham/cheese Fresh Fruit	Kidney beans with carrots Potatoe and onion omelet Fresh Fruit	Fresh green beans with potatoe **Bistec pollo empanado Yogurt	Zucchini Puree Homemade meatballs Fresh Fruit	Rice with Vegetables Baked limanda with vegetables Yogurt					
756 Kcal 27,1g Prot 61,4g Lip 22,6g Hc	13	777 Kcal 60g Prot 37g Lip 45,7g Hc	14	769 Kcal 49,2g Prot 34,6g Lip 54,1g Hc	15	653 Kcal 40,3g Prot 23,2g Lip 64g Hc	16	770 Kcal 36,3g Prot 20,2g Lip 103,7g Hc	17
Borraja fresca con patata Salchichas encebolladas Yogur	Sopa pollo con verduritas ECO Pollo asado en su jugo Fruta de temporada	Alubia blanca estofada Filete merluza horno con g. Yogur	Menestra de verduras Lomo con tomate casero Fruta de temporada	Macarrones con chistorra ECO Abadejo a la andaluza Fruta de temporada					
Fresh borage with potatoe Sausages with onion Yogurt	Chicken soup with vegetables Roast chicken Fresh Fruit	Homestyle white beans Baked hake with garnish Yogurt	Vegetable medley Pork with tomato Fresh Fruit	Organic pasta with sausage Andalusian fish medallions Fresh Fruit					
632 Kcal 44,4g Prot 36,1g Lip 27,8g Hc	20	687 Kcal 48,3g Prot 8,4g Lip 92,2g Hc	21	307 Kcal 13,8g Prot 35,3g Lip 97,7g Hc	22	625 Kcal 50,5g Prot 12,7g Lip 73g Hc	23		
Judía v. redonda salteada Bistec de pollo al ajillo Natillas de vainilla	Lentejas con arroz integral Bacalao con salsa de piquillos Fruta de temporada	Crema de calabacín San Jacobo casero Fruta de temporada	Macarrones boloñesa ECO Solla al horno con calabaza c/g Yogur						
Sauteed french beans Breaded garlic chicken Vanilla pudding	Organic lentils with brown rice Cod with red pepper sauce Fresh Fruit	Cream of zucchini Cordon bleu Fresh Fruit	Organic maccarroni bolognese Baked plaice fish with zucchini Yogurt						

NOTA INFORMATIVA:
Este trimestre hemos trabajado con el monitoraje y los niños de nuestros comedores formación en materia de primeros auxilios.

Conscientes de la importancia de dotar al monitoraje de recursos y herramientas en tema de **primeros auxilios** les hemos enseñado cómo actuar de forma rápida en caso de encontrarse en una situación que requiera una actuación precoz en el espacio y servicio del comedor. Desde Gourmetfood creemos que un monitor/a con conocimientos adecuados en materia de primeros auxilios es capaz de conservar la calma y actuar con efectividad ante una situación complicada. Hemos creado un **Protocolo de Actuación** ante situaciones que requieran una actuación por su parte de forma que sepan qué deben hacer en todo momento

