

MENÚ ENTERO CON GUARNICION MAYO

ALÉRGENOS SEGÚN REGLAMENTO 1169/2011



1º SEMANA							VIERNES 2
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE							CREMA DE ZANAHORIA CROQUETAS DEL COCIDO PATATAS AL HORNO PAN Y YOGURT Kcal: 637, Prot: 18, Lipi:20, HC: 50
2º SEMANA	LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9		
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS ZANAHORIAS BABY PAN Y YOGURT Kcal: 615, Prot: 9, Lipi:10, HC: 50	LACITOS A LA BOLOÑESA MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS CHAMPIÑONES SALTEADOS PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54	PAELLA DE PESCADO LOMO ENCEBOLLADO GAZPACHO PAN Y YOGURT Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52	GARBANZOS ESTOFADOS CON CALABAZA HAMBURGUESA DE TERNERA ENSALADA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54	CREMA DE CALABAZA VARITAS DE MERLUZA ENSALADILLA PAN Y FLAN DE VAINILLA Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52		
3º SEMANA	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16		
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	PATATAS A LA MARINERA LOMO SAJONIA EN SALSA SALMOREJO PAN Y YOGURT Kcal: 665, Prot: 17, Lipi:22, HC: 53	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES SALTEADO DE VERDURAS PAN Y FRUTA Kcal: 637, Prot: 18, Lipi:20, HC: 50	ESPIRALES A LA NAPOLITANA LENGUADO EN SALSA DE ZANAHORIA COLIFLOR REHOGADA PAN Y YOGURT Kcal: 634, Prot: 17, Lipi:22,HC: 53	LENTEJAS CON CHORIZO TORTILLA FRANCESA ENSALADA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52	CREMA DE CALABACÍN MINI FLAMENQUÍN DE AVE PATATAS SALTEADAS PAN Y MOUSSE DE FRESA Kcal: 615, Prot: 9, Lipi:10, HC: 50		
4º SEMANA	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23		
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	ARROZ A LA CUBANA MOMENTÍSIMO DE POLLO VERDURAS REHOGADAS PAN Y YOGURT Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54	GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS BRÓCOLIS SALTEADOS PAN Y FRUTA Kcal: 646, Prot: 18, Lipi:25, HC: 56	CAZUELA DE FIDEOS CON POLLO MERLUZA AL AJILLO GAZPACHO PAN Y YOGURT Kcal: 645, Prot: 18, Lipi:20 HC: 57	PATATAS GUIADAS CON MERLUZA ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA ENSALADA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54	CREMA DE JUDÍAS VERDES NUGGETS DE POLLO PATATAS AL HORNO PAN Y NATILLAS Kcal: 620, Prot: 8, Lipi:14 HC: 52		
5º SEMANA	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30		
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	MACARRONES CON TOMATE Y QUESO TORTILLA FRANCESA CALABACÍN SALTEADO PAN Y YOGURT Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS LOMO EN SALSA ENSALADA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52	ARROZ CON CALABAZA Y POLLO LENGUADO EN SALSA DE VERDURAS SALMOREJO PAN Y YOGURT Kcal: 620, Prot: 8, Lipi:14 HC: 52	ESTOFADO DE PATATAS CON VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA ZANAHORIAS BABY PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54	CREMA DE ZANAHORIA PESQUITOS PATATAS SALTEADAS PAN Y MOUSSE DE CHOCOLATE Kcal: 615, Prot: 9, Lipi:10, HC: 50		

1º SEMANA	  				VIERNES 2
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	 CREMA DE ZANAHORIA CROQUETAS DEL COCIDO PAN Y YOGURT Kcal: 637, Prot: 18, Lipi:20, HC: 50 				
2º SEMANA	LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS PAN Y YOGURT Kcal: 615, Prot: 9, Lipi:10, HC: 50 	 LACITOS A LA BOLOÑESA MERLUZA EN SALSA DE VERDURAS PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54 	 PAELLA DE PESCADO LOMO ENCEBOLLADO PAN Y YOGURT Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52 	GARBANZOS ESTOFADOS CON CALABAZA HAMBURGUESA DE TERNERA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54 	 CREMA DE CALABAZA VARITAS DE MERLUZA PAN Y FLAN DE VAINILLA Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52 
3º SEMANA	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	 PATATAS A LA MARINERA LOMO SAJONIA EN SALSA PAN Y YOGURT Kcal: 665, Prot: 17, Lipi:22, HC: 53 	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS POLLO EN SALSA DE CHAMPIÑONES PAN Y FRUTA Kcal: 637, Prot: 18, Lipi:20, HC: 50 	ESPIRALES A LA NAPOLITANA LENGUADO EN SALSA DE ZANAHORIA PAN Y YOGURT Kcal: 634, Prot: 17, Lipi:22,HC: 53 	LENTEJAS CON CHORIZO TORTILLA FRANCESA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52 	 CREMA DE CALABACÍN MINI FLAMENQUÍN DE AVE PAN Y MOUSSE DE FRESA Kcal: 615, Prot: 9, Lipi:10, HC: 50 
4º SEMANA	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	ARROZ A LA CUBANA MOMENTÍSIMO DE POLLO PAN Y YOGURT Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54 	GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS PAN Y FRUTA Kcal: 646, Prot: 18, Lipi:25, HC: 56 	 CAZUELA DE FIDEOS CON POLLO MERLUZA AL AJILLO PAN Y YOGURT Kcal: 645, Prot: 18, Lipi:20 HC: 57 	 PATATAS GUIADAS CON MERLUZA ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54 	 CREMA DE JUDÍAS VERDES NUGGETS DE POLLO PAN Y NATILLAS Kcal: 620, Prot: 8, Lipi:14 HC: 52 
5º SEMANA	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	 MACARRONES CON TOMATE Y QUESO TORTILLA FRANCESA PAN Y YOGURT Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54 	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS LOMO EN SALSA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52 	 ARROZ CON CALABAZA Y POLLO LENGUADO EN SALSA DE VERDURAS PAN Y YOGURT Kcal: 620, Prot: 8, Lipi:14 HC: 52 	ESTOFADO DE PATATAS CON VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54 	 CREMA DE ZANAHORIA PESQUITOS PAN Y MOUSSE DE CHOCOLATE Kcal: 615, Prot: 9, Lipi:10, HC: 50 