

MENÚ ENTERO CON GUARNICIÓN NOVIEMBRE

ALÉRGENOS SEGÚN REGLAMENTO 1169/2011



1ª SEMANA					
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE					
2ª SEMANA	LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	CAZUELA DE FIDEOS A LA MARINERA MOMENTISIMO DE POLLO BRÓCOLIS REHOGADOS PAN Y YOGURT Kcal: 615, Prot: 9, Lipi:10, HC: 50	POTAJE DE ALUBIAS CON CALABAZA TORTILLA DE PATATAS ENSALADA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22, HC: 54	ARROZ A LA CUBANA LOMO EN SALSA DE VERDURAS CHAMPIÑONES SALTEADOS PAN Y YOGURT Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52	SOPA DE ESTRELLITAS MERLUZA EN SALSA VERDE SALTEADO DE GUISANTES PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22, HC: 54	CREMA DE JUDIAS VERDES MINI FLAMENQUIN DE AVE PATATAS SALTEADAS PAN Y NATILLA DE VAINILLA Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52
3ª SEMANA	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA ZANAHORIA BABY PAN Y YOGURT Kcal: 665, Prot: 17, Lipi:22, HC: 53	ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO LOMO ENCEBOLLADO CALABACÍN SALTEADO PAN Y FRUTA Kcal: 637, Prot: 18, Lipi:20, HC: 50	PUCHERO CON ARROZ LENGUADO EN SALSA VERDE ENSALADA PAN Y YOGURT Kcal: 634, Prot: 17, Lipi:22, HC: 53	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS MINI CANELONES DE CARNE COLIFLOR ALIÑADA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52	CREMA DE CALABAZA VARITAS DE MERLUZA PATATAS AL HORNO PAN Y NATILLA DE CHOCOLATE Kcal: 615, Prot: 9, Lipi:10, HC: 50
4ª SEMANA	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	FIDEUÁ CON PAVO ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA VERDURAS REHOGADAS PAN Y YOGURT Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22, HC: 54	GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS ENSALADA PAN Y FRUTA Kcal: 646, Prot: 18, Lipi:25, HC: 56	MACARRONES A LA BOLOÑESA MERLUZA EN SALSA DE CHAMPIÑONES SALTEADO DE VERDURAS PAN Y YOGURT Kcal: 645, Prot: 18, Lipi:20 HC: 57	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS CHURRASQUITO DE POLLO ADOBADO BRÓCOLIS REHOGADOS PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22, HC: 54	CREMA DE CALABACÍN EMPANADILLAS DE ATÚN PATATAS SALTEADAS PAN Y FLAN DE VAINILLA Kcal: 620, Prot: 8, Lipi:14 HC: 52
5ª SEMANA	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
1ºPLATO 2ºPLATO PAN Y POSTRE	PATATAS ENTOMATADAS LOMO SAJONIA EN SALSA CHAMPIÑONES SALTEADOS PAN Y YOGURT Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22, HC: 54	LENTEJAS CON VERDURAS Y CHORIZO TORTILLA FRANCESA ENSALADA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52	ARROZ DE LA HUERTA PAVO A LA CREMA CALABACÍN SALTEADO PAN Y YOGURT Kcal: 620, Prot: 8, Lipi:14 HC: 52	GARBANZOS ESTOFADOS CON CALABAZA LENGUADO AL AJILLO COLIFLOR ALIÑADA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22, HC: 54	CREMA DE ZANAHORIA CROQUETAS DEL COCIDO ENSALADILLA PAN Y NATILLA DE VAINILLA Kcal: 615, Prot: 9, Lipi:10, HC: 50