

MENÚ ENTERO CON GUARNICIÓN OCTUBRE

ALÉRGENOS SEGÚN REGLAMENTO 1169/2011



1ª SEMANA				JUEVES 1	VIERNES 2
1º PLATO 2º PLATO PAN Y POSTRE				PAELLA DE VERDURAS LOMO SAJONIA AL HORNO CHAMPIÑONES SALTEADOS PAN Y FRUTA Kcal: 620, Prot: 8, Lipi: 14 HC: 52	CREMA DE CALABAZA PEZQUITOS PATATAS SALTEADAS PAN Y NATILLA Kcal: 637, Prot: 18, Lipi: 20, HC: 50
2ª SEMANA	LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
1º PLATO 2º PLATO PAN Y POSTRE	ESPIRALES A LA NAPOLITANA MOMENTÍSIMO DE POLLO SALTEADO DE VERDURAS PAN Y YOGURT Kcal: 615, Prot: 9, Lipi: 10, HC: 50	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS SALMÓN EN SALSA DE ENELDO ENSALADA PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi: 22, HC: 54	ARROZ A LA MARINERA LOMO ENCEBOLLADO COLIFLOR ALIÑADA PAN Y YOGURT Kcal: 625, Prot: 17, Lipi: 22, HC: 52	POTAJE DE GARBANZOS CON CALABAZA TORTILLA FRANCESA ZANAHORIA BABY PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi: 22, HC: 54	CREMA DE ZANAHORIA NUGGETS DE POLLO PATATAS AL HORNO PAN Y NATILLA Kcal: 625, Prot: 17, Lipi: 22, HC: 52
3ª SEMANA				JUEVES 15	VIERNES 16
1º PLATO 2º PLATO PAN Y POSTRE				FIDEUÁ LENGUADO AL AJILLO BRÓCOLIS REHOGADOS PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 17, Lipi: 22, HC: 52	CREMA DE CALABACÍN BUÑELOS DE BACALAO PATATAS ALIÑADAS PAN Y NATILLA Kcal: 615, Prot: 9, Lipi: 10, HC: 50
4ª SEMANA	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
1º PLATO 2º PLATO PAN Y POSTRE	ARROZ DE LA HUERTA ALBÓNDIGAS MIXTA EN SALSA COLIFLOR ALIÑADA PAN Y YOGURT Kcal: 625, Prot: 19, Lipi: 22, HC: 54	ALUBIAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA ZANAHORIA BABY PAN Y FRUTA Kcal: 646, Prot: 18, Lipi: 25, HC: 56	GUIZO DE PATATAS CON POLLO MERLUZA AL LIMÓN ENSALADA PAN Y YOGURT Kcal: 645, Prot: 18, Lipi: 20 HC: 57	LACITOS CON TOMATE Y ATÚN LOMO EN SALSA VERDURAS REHOGADAS PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi: 22, HC: 54	CREMA DE JUDÍAS VERDES CROQUETAS DE COCIDO ENSALADILLA PAN Y NATILLA Kcal: 620, Prot: 8, Lipi: 14 HC: 52
5ª SEMANA	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
1º PLATO 2º PLATO PAN Y POSTRE	LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS CALABACÍN SALTEADO PAN Y YOGURT Kcal: 625, Prot: 19, Lipi: 22, HC: 54	CAZUELA DE FIDEOS CON VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA SALTEADO DE SETAS PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 17, Lipi: 22, HC: 52	PATATAS ENTOMATADAS BACALAO EN SALSA VERDE ENSALADA PAN Y YOGURT Kcal: 620, Prot: 8, Lipi: 14 HC: 52	PUCHERO CON ARROZ CHURRASQUITO DE POLLO EN SALSA BRÓCOLIS REHOGADOS PAN Y FRUTA Kcal: 625, Prot: 19, Lipi: 22, HC: 54	CREMA DE CALABAZA MINI FLAMENQUÍN DE AVE PATATAS PANADERAS PAN Y NATILLA Kcal: 615, Prot: 9, Lipi: 10, HC: 50