



MENÚ MAYO 2024 BASAL



FESTIVO

		1	2	3
			574 Kcal. P.: 22 HC.: 42 L.: 9	810 Kcal. P.: 21 HC.:62 L.: 26
			ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y REMOLACHA	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNA
			SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS(1,3,9)	ARROZ BLANCO CON SALSAS DE TOMATE CASERA Y MEDIO HUEVO DURO (3)
			POLLO ASADO CON PATATA PANADERA (12)	SALCHICHAS DE CERDO AL HORNO
			FRUTA DE TEMPORADA	LÁCTEO (7)
6	7	8	9	10
695 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 28	650 Kcal. P.: 24 HC.: 46 L.: 18	805 Kcal. P.:16 HC.: 74 L.: 16	570 Kcal. P.: 24 HC.: 39 L.: 9	640 Kcal. P.: 29 HC.:36 L.: 18
ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y MAIZ	ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y REMOLACHA	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA
GUISO DE CALAMAR (2,4,12,14)	POTAJE DE GARBANZOS (12)	ARROZ CON COSTILLAS Y VERDURA	CREMA DE VERDURA ECOLÓGICAS (12)	MACARRONES A LA BOLOÑESA (1,3)
CABEZADA DE CERDO ASADA BBQ	MERLUZA EN SALSAS ANDALUZA (1,4)	TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3)	POLLO ASADO A LAS ESPECIAS DEL CHEFF	BACALAO AL PIL PIL (4)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	LÁCTEO (7)
13	14	15	16	17
605 Kcal. P.: 21 HC.: 46 L.: 8	625 Kcal. P.: 29 HC.:39 L.: 16	810 Kcal. P.: 24 HC.: 70 L.: 22	595 Kcal. P.: 22 HC.: 42 L.: 12	680 Kcal. P.: 17 HC.: 55 L.: 20
ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y BROTES (6)	ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE, ACEITUNAS
SOPA DE VERDURAS ECOLÓGICAS CON FIDEOS (1,3,9)	ESTOFADO DE TERNERA (12)	ARROZ DE VERDURA CON GARBANZOS	ALUBIAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS (12)	ESPAGUETTIS CON ATÚN (1,3,4)
LOMO FRESCO BRASEADO AL HORNO CON VERDURITAS	BACALAILLA CLUB RANERO (4)	POLLO AL AJO CABAÑIL (12)	MERLUZA DITINGO (4)	TORTILLA DE PATATA (3)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	LÁCTEO (7)
20	21	22	23	24
600 Kcal. P.: 25 HC.:42 L.: 13	638 Kcal. P.: 23 HC.: 58 L.: 16	557 Kcal. P.: 19 HC.: 55 L.: 17	730 Kcal. P.: 32 HC.: 49 L.: 18	550 Kcal. P.: 29 HC.: 39 L.: 10
ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y REMOLACHA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE TOMATE, MAIZ Y PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS
CREMA DE JUDIAS VERDES,PUERRO Y CALABACIN ECOLÓGICAS (12)	MACARRONES INTEGRALES EN SALSAS DE TOMATE ECOLÓGICA (1,3)	ARROZ DE BACALAO Y AJOS TIERNOS (4)	MARMITAKO DE SALMÓN (4,12)	LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS (12)
POLLO AL HORNO (12)	FILETE DE GALLINETA EN SALSAS VERDES CON GUISANTES (4)	TORTILLA FRANCESA (3)	SECRETO DE CERDO ASADO AL HORNO	LLAUNA DE MERLUZA (4,12)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	LÁCTEO (7)
27	28	29	30	31
615 Kcal. P.: 20 HC.: 54 L.: 18	820 Kcal. P.: 31 HC.: 52 L.: 30	710 Kcal. P.: 28 HC.: 38 L.: 18	730 Kcal. P.: 33 HC.: 40 L.: 13	595 Kcal. P.: 19 HC.: 45 L.: 12
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y BROTES (6)	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA
ESPIRALES CON TOMATE CASERO Y CHAMPIÑONES (1,3)	COCIDO MONTAÑES CON ALUBIA ECOLÓGICA (12)	CREMA DE VERURAS ECOLÓGICAS (12)	ESTOFADO DE PAVO (12)	LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS (12)
LOMO DE CERDO A LA PIMIENTA (7)	TORTILLA DE CEBOLLA (3)	FILETE DE PECHUGA DE POLLO ADOBADA ESTILO ANDALUZ CON VERDURITAS	MERLUZA A LA BASCA (4)	TORTILLA DE ESPINACAS(3)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA

NOTA: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas/ H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Nuestros menús incluyen PAN y la bebida será AGUA. DETRÁS DECLARACIÓN DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14) Y TRAZAS DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14)