

# Enero 2021

LBASAL: BASAL  
INFANTIL / COMIDA / INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
			7	8		
			KCal. 754 H.C. 111 Lip. 26 P. 25	KCal. 663 H.C. 56 Lip. 40 P. 22		
			PAELLA VALENCIANA (con pollo, judía verde, garrofón) FIAMBRE DE PAVO 2 Y QUESO 1 • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA MANZANA PAN INTEGRAL	PURE CALABACIN ECOLOGICO (patata, cebolla, espinaca, calabacin eco) FILETE DE MERLUZA ROMANA C/ SALTEADO DE VERDURAS CAMPESTRE • Guarnición: ENSALADA CON APIO MANDARINAS PAN INTEGRAL		
11	12	13	14	15		
KCal. 716 H.C. 106 Lip. 23 P. 26	KCal. 622 H.C. 83 Lip. 25 P. 17	KCal. 787 H.C. 78 Lip. 44 P. 23	KCal. 889 H.C. 129 Lip. 33 P. 27	KCal. 856 H.C. 76 Lip. 48 P. 33		
CARACOLILLOS BOLONESA (magro picado, tomate, cebolla, zanahoria) ENSALADA CON QUINOA (lechuga, tomate, quinoa, caballa, maiz) • QUESO RALLADO GUARNICION NARANJA PAN INTEGRAL	CREMA CASTELLANA (legumbres con tomate y verduras) TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN • Guarnición: ENSALADA CON COL KIWI PAN INTEGRAL	GUISADO CON VERDURAS Y CARNE EN PURE (magro cerdo, tomate, judía verde, zanahoria) HAMBURGUESA DE COLIFLOR Y QUESO • Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS PERA PAN INTEGRAL	ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido) ALBONDIGAS DE MERLUZA • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA PLATANO PAN INTEGRAL	LENTEJAS CASERAS (con cebolla, tomate y zanahoria) LONGANIZAS CON SALSA DE TOMATE • Guarnición: ENSALADA CON APIO MANZANA PAN INTEGRAL		
18	19	20	21	22		
KCal. 639 H.C. 64 Lip. 36 P. 16	KCal. 739 H.C. 134 Lip. 13 P. 30	KCal. 693 H.C. 70 Lip. 35 P. 28	KCal. 769 H.C. 92 Lip. 30 P. 34	KCal. 931 H.C. 104 Lip. 42 P. 37		
PURE DE ALUBIAS CON CALABAZA Y BROCOLI TORTILLA ESPAÑOLA (huevo con patata y cebolla) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ NARANJA PAN INTEGRAL	ARROZ AL HORNO (con garbanzos, magro de cerdo y morcilla) ENSALADA VARIADA CON ATUN Y QUESO MOZARELLA MANZANA PAN INTEGRAL	SOPA DE PESCADO MUSLO POLLO ASADO JARDINERA (con tomate y verduras ensaladilla) • Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN INTEGRAL	POTAJE DE GARBANZOS con cebolla, tomate, espinacas, zanahoria LOMO EMPANADO CASERO A LA CAZADORA (con bacon y champiñones) • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA PERA PAN INTEGRAL	MACARRONES ECOLOGICOS CON TOMATE Y QUESO BACALAO ROMANA SALSA VERDE (guisantes, cebolla, caldo pescado) • Guarnición: ENSALADA CON APIO PLATANO PAN INTEGRAL		
25	26	27	28	29		
KCal. 735 H.C. 93 Lip. 34 P. 17	KCal. 756 H.C. 89 Lip. 30 P. 38	KCal. 799 H.C. 92 Lip. 36 P. 33	KCal. 775 H.C. 94 Lip. 33 P. 29	KCal. 805 H.C. 136 Lip. 21 P. 27		
GUISADO PATATA, ZANAHORIA Y JUDIA EN PURE HUEVOS CON BECHAMEL (3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ PERA PAN INTEGRAL	LENTEJAS CON ARROZ (lentejas, arroz, zanahoria, cebolla, tomate) 4ALBONDIGAS POLLO-CERDO EN SALSA (tomate, judias, champiñon, zanahoria) • Guarnición: ENSALADA CON COL NARANJA ECOLOGICA PAN INTEGRAL	ESPIRALES INTEGRALES CON VERDURAS (calabacin, pimiento, cebolla, zanahoria, tomate) 4ALBONDIGAS POLLO-CERDO EN SALSA (tomate, judias, champiñon, zanahoria) • Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS ACTIMEL PAN INTEGRAL	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (cebolla, tomate, zanahoria) NUGGETS DE BROCOLI (3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA MANZANA PAN INTEGRAL	ARROZ REQUENENSE (con garbanzos, chorizo y morcilla) ENSALADA VALENCIANA (lechuga, tomate, atún, huevo, aceitunas) PLATANO PAN INTEGRAL		