

Diciembre 2020

LBASAL: BASAL

INFANTIL / COMIDA / INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 KCal. 738 H.C. 81 Lip. 36 P. 28 PURE DE GUI SANTES 2 LONGANIZAS C/PATATA PANADERA AL HORNO • Guarnición: ENSALADA CON COL PERA PAN INTEGRAL	2 KCal. 815 H.C. 151 Lip. 16 P. 27 ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido) ENSALADA COMPLETA (lechuga,tomate,atún,huevo,aceitunas) • 1 QUESITO EN PORCIONES GUARNICION PLATANO PAN INTEGRAL	3 KCal. 768 H.C. 93 Lip. 34 P. 27 POTAJE DE GARBANZOS con cebolla,tomate,espinacas,zanahoria TORTILLA ESPAÑOLA (huevo con patata y cebolla) • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA MANDARINAS ECOLOGICAS PAN INTEGRAL	4 KCal. 884 H.C. 107 Lip. 42 P. 24 LACITOS DE DE PASTA con salsa de tomate y cebolla ALBONDIGAS DE SALMON(3xrac.) CON MAHONESA • Guarnición: ENSALADA CON APIO MANZANA PAN INTEGRAL
		9 KCal. 881 H.C. 80 Lip. 47 P. 37 LENTEJAS CASERAS (con cebolla,tomate y zanahoria) MERLUZA ROMANA CON VERDURAS • Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN INTEGRAL	10 KCal. 769 H.C. 90 Lip. 39 P. 18 SOPA MARAVILLA CON FUMET DE PESCADO TORTILLA DE PATATA CON ESPINACA • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA MANZANA PAN INTEGRAL	11 KCal. 889 H.C. 125 Lip. 35 P. 26 ARROZ CON VERDURAS Y LEGUMBRES (judía,zanahoria,guisante,champiñón, garbanzo) ENTREMESES: 2 PECHUGA DE PAVO Y 1 QUESO GOUDA • Guarnición: ENSALADA CON APIO PERA PAN INTEGRAL
14 KCal. 896 H.C. 83 Lip. 51 P. 30 SOPA MINESTRONE PIAMONTESA con garbanzos,pasta,bacon,zanahoria 4 ALBONDIGAS DE POLLO Y CERDO JARDINERA • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ MANZANA PAN INTEGRAL	15 KCal. 863 H.C. 112 Lip. 32 P. 35 ALUBIA PINTA CON ARROZ TORTILLA DE PATATA CON ATUN • Guarnición: ENSALADA CON COL MANDARINAS PAN INTEGRAL	16 KCal. 749 H.C. 101 Lip. 26 P. 33 MACARRONES ECOLOGICOS CON VERDURAS(calabacin,tomate,cebolla,zanahoria,pimiento) MERLUZA REBOZADA MARINERA(guisantes,tomate,caldo pescado) • Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS YOGUR DE FRUTAS PAN INTEGRAL	17 KCal. 798 H.C. 75 Lip. 44 P. 28 CREMA CASTELLANA (legumbres con tomate y verduras) MUSLO POLLO ASADO A LA PEPITORIA(cebolla,almendra,huevo,ajo) • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA PERA PAN INTEGRAL	18 KCal. 748 H.C. 126 Lip. 20 P. 25 ARROZ REQUENENSE (con garbanzos, chorizo y morcilla) ENSALADA VARIADA (lechuga,zanahoria,maiz,huevo,esparragos) PLATANO PAN INTEGRAL
21 KCal. 731 H.C. 71 Lip. 39 P. 26 GUI SADO DE VERDURAS ECOLOGICAS EN PURÉ VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA VERDE con guisantes • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ MANDARINAS PAN INTEGRAL	22 KCal. 1025 H.C. 97 Lip. 56 P. 36 SOPA DE NAVIDAD (galets, pollo, huevo, ternera, zanahoria) HAMBURGUESA COMPLETA DE POLLO Y CERDO AL HORNO CON 1 LONCHA DE QUESO • GUARNICION LECHUGA Y TOMATE BERLINA DE CHOCOLATE PAN HAMBURGUESA + KETCHUP			

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal. (TRANSPORTADO: en los anafilácticos y celíacos los platos resaltados son la alternativa al menú celíaco)