

MENÚ ENERO 2023



LUNES

9

CREMA DE CALABACIN Y BRÓCOLI NATURAL

CINTA DE LOMO AL HORNO CON GUARNICIÓN DE ARROZ BLANCO

GELATINA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
719	32	18	152

16

JUDIAS VERDES AL HORNO CON PATATAS Y ZANAHORIA

FILETE DE CERDO CON ENSALADA DE LECHUGA, OLIVA SIN HUESO Y REMOLACHA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
681	34	24	87

23

FIDEUA CON VERDURITAS Y MAGRO

VENTRESCA DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
774	31	14	108

30

CREMA DE CALABAZA

ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON SALSAS DE TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
693	20	26	90

MARTES

10

LENTEJAS CASERAS

CACHELOS DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
703	46	13	103

17

SOPA DE COCIDO

COMPLEMENTO DE COCIDO. MORCILLO, GARBANZOS, CHORIZO, POLLO, REPOLLO

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
697	30	22	98

24

FABADA ASTURIANA

HUEVOS BELLA AURORA

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
713	30	31	82

31

CALDERO DE GARBANZOS CON REPOLLO, PATATAS Y ZANAHORIA

PESCADILLA ORLY CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
710	43	17	99

MIÉRCOLES

11

SOPA DE AVE

ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA CON PATATAS

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
681	22	24	99

18

PATATAS HUERTANA CON VERDURAS Y TERNERA

GALLO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
677	39	22	83

25

CREMA DE CALABACIN NATURAL

LOMO MILANESA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
678	34	28	75

JUEVES

12

PATATAS CON BACALAO

HUEVO FRITO CON SALSAS DE TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
688	45	30	61

19

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS

LARDONES DE POLLO AL LIMÓN CON ARROZ BLANCO

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
679	29	14	112

26

ESPAGUETIS CON PICADILLO DE CHORIZO

BACALAO AL PIL PIL

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
710	36	27	81

VIERNES

13 RECETA NUEVA

GUIISO DE RANCHO CANARIO

PESCADILLA EN SALSAS VERDE

FRUTA DE TEMPORADA Y LECHE

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
720	44	22	87

20

MACARRONES BOLOÑESA

TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA RALLADA

FRUTA DE TEMPORADA - YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
650	39	22	73


27


BRÓCOLI REHOGADA

POLLO ASADO CON PATATAS

FRUTA DE TEMPORADA - YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)
622	34	41	38

 **Productos de temporada proximidad, y proveedores de confianza.**

 **Control de alergias y situaciones especiales.**