

# Enero 2024

## LDE00007: BLANDA GASTRICA



ALAMEDA  
INTERNATIONAL  
SCHOOL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>15</b> KCal. 538 H.C. 85 Lip. 13 P. 26</p> <p>MACARRONES AL AJILLO MERLUZA A LA PLANCHA • ZANAHORIA REHOGADA FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>16</b> KCal. 427 H.C. 62 Lip. 13 P. 20</p> <p>CREMA VICHY FILETE DE POLLO A LA PLANCHA • PATATA COCIDA YOGUR NATURAL PAN</p>	<p><b>17</b> KCal. 438 H.C. 72 Lip. 14 P. 11</p> <p>SOPA DE ARROZ POLLO CON PATATA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>18</b> KCal. 657 H.C. 93 Lip. 18 P. 35</p> <p>ARROZ BLANCO AL AJILLO BACALAO AL HORNO • ZANAHORIA BABY YOGUR NATURAL PAN</p>	<p><b>19</b> KCal. 681 H.C. 79 Lip. 32 P. 23</p> <p>CREMA DE CALABAZA TORTILLA FRANCESA • PATATA COCIDA FRUTA PERMITIDA PAN</p>
<p><b>22</b> KCal. 491 H.C. 85 Lip. 11 P. 18</p> <p>MACARRONES SALTEADOS CON HIERBAS PROVENZALES FILETE DE POLLO A LA PLANCHA • RODAJAS DE ZANAHORIA SALTEADA FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>23</b> KCal. 389 H.C. 37 Lip. 17 P. 23</p> <p>PURÉ DE PATATA MERLUZA A LA PLANCHA • ZANAHORIA REHOGADA YOGUR NATURAL PAN</p>	<p><b>24</b> KCal. 545 H.C. 57 Lip. 28 P. 19</p> <p>SOPA DE LLUVIA HUEVOS REVUELTOS • ZANAHORIA REHOGADA FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>25</b> KCal. 540 H.C. 77 Lip. 13 P. 34</p> <p>CREMA VICHY PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • PATATA AL VAPOR FRUTA PERMITIDA PAN</p>	<p><b>26</b> KCal. 502 H.C. 62 Lip. 18 P. 27</p> <p>CREMA VICHY MERLUZA AL HORNO • PATATA COCIDA YOGUR NATURAL PAN</p>
<p><b>29</b> KCal. 379 H.C. 46 Lip. 14 P. 20</p> <p>PURÉ DE PATATA MERLUZA AL HORNO • ZANAHORIA REHOGADA FRUTA DE TEMPORADA PAN</p>	<p><b>30</b> KCal. 572 H.C. 71 Lip. 23 P. 21</p> <p>HERVIDO DE PATATA Y ZANAHORIA FILETE DE POLLO AL AJILLO • COUS COUS YOGUR NATURAL PAN</p>	<p><b>31</b> KCal. 595 H.C. 103 Lip. 12 P. 25</p> <p>ARROZ SALTEADO CON ZANAHORIA MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA Y ZANAHORIA FRUTA PERMITIDA PAN</p>		

(\*) Siempre habrá opción de fruta como alternativa al postre. Se ofrecerá postre lácteo sin azúcar para aquellas edades que no esté incorporada el azúcar o que sigan una dieta libre de azúcares