

Enero 2024

NO HUEVO



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>8 KCal. 645 H.C. 92 Lip. 20 P. 30</p> <p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>CINTA DE LOMO A LA PLANCHA • ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>9 KCal. 696 H.C. 127 Lip. 15 P. 21</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA • ARROZ BLANCO SALTEADO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>10 KCal. 542 H.C. 67 Lip. 20 P. 28</p> <p>ALUBIAS ESTOFADAS DE LA HUERTA</p> <p>DORADA AL HORNO CON AJO-PEREJIL • ZANAHORIA BABY</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p>11 KCal. 420 H.C. 63 Lip. 13 P. 16</p> <p>PATATAS GUIADAS CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE POLLO AL AJILLO • ENSALADA VERDE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>12 KCal. 534 H.C. 64 Lip. 20 P. 29</p> <p>JUDIAS VERDES A LA GALLEGA</p> <p>CINTA DE LOMO FRESCA A LA PLANCHA • PATATAS AL HORNO</p> <p>MELOCOTON EN ALMIBAR</p> <p>PAN</p>
<p>15 KCal. 670 H.C. 96 Lip. 21 P. 30</p> <p>MACARRONES CON SALSA DE TOMATE (DIETAS)</p> <p>SALMON AL HORNO • CALABACIN Y ZANAHORIA SALTEADA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>16 KCal. 357 H.C. 41 Lip. 17 P. 14</p> <p>BROCOLI CON PIMENTON</p> <p>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>17 KCal. 712 H.C. 89 Lip. 28 P. 30</p> <p>SOPA DE VERDURA</p> <p>COCIDO COMPLETO</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p>18 KCal. 599 H.C. 90 Lip. 15 P. 31</p> <p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>BACALAO AL HORNO • ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>19 KCal. 542 H.C. 56 Lip. 21 P. 35</p> <p>GUISANTES REHOGADOS</p> <p>CINTA DE LOMO A LA PLANCHA • ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p>22 KCal. 592 H.C. 95 Lip. 14 P. 28</p> <p>MACARRONES CON TOMATE (DIETAS)</p> <p>FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA • PIMIENTOS ROJOS ASADOS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>23 KCal. 402 H.C. 61 Lip. 13 P. 12</p> <p>GARBANZOS SALTEADOS CON PISTO</p> <p>LOMBARDA REHOGADA • ZANAHORIA REHOGADA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>24 KCal. 488 H.C. 56 Lip. 21 P. 22</p> <p>SOPA DE AVE CON PASTA SIN GLUTEN</p> <p>MUSLITOS DE POLLO AL HORNO • ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p>25 KCal. 622 H.C. 65 Lip. 31 P. 26</p> <p>PURE DE VERDURAS ECOLOGICAS</p> <p>CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA • LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>26 KCal. 633 H.C. 84 Lip. 19 P. 36</p> <p>JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS</p> <p>MERLUZA AL HORNO • PATATA COCIDA</p> <p>NATILLA DE VAINILLA</p> <p>PAN</p>
<p>29 KCal. 587 H.C. 81 Lip. 16 P. 35</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS CON CURRY</p> <p>MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p>30 KCal. 672 H.C. 76 Lip. 26 P. 37</p> <p>JUDIAS VERDES REHOGADAS</p> <p>MAGRO DE CERDO GUISADO • COUS COUS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>31 KCal. 583 H.C. 93 Lip. 14 P. 26</p> <p>MACARRONES CON SALSA DE TOMATE (DIETAS)</p> <p>MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA Y ZANAHORIA</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN</p>		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal.

Fruta fresca variada: Naranja, manzana, pera, plátano, fruta de temporada.