

MENÚ BASAL DEL 08 AL 14 DE JULIO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

APERITIVO DIARIO EN LA COMIDA: CONSOMÉ O GAZPACHO (SEGÚN TEMPORADA)

COMIDA	1º	LENTEJAS CON VERDURAS O GAZPACHO O ALCACHOFAS REHOGADAS	GAZPACHO O BRÓCOLI REHOGADO O ENSALADA MIXTA	SOPA DE COCIDO O ENSALADA CAPRESSE O GAZPACHO	ARROZ SANGHAI O GAZPACHO O HABITAS SALTEADAS	COLIFLOR REHOGADA O ENSALADA DE PASTA O GAZPACHO	SALMOREJO O ALCACHOFAS REHOGADAS O PISTO	ENSALADA GRIEGA O GUISANTES SALTEADOS O GAZPACHO
	2º	JAMONCITOS DE POLLO A LA PEPITORIA	BONITO CON TOMATE Y ARROZ	COCIDO COMPLETO	POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES	BACALAO A LA SIDRA CON PATATAS AL VAPOR	MAGRO A LA RIOJANA	PAELLA MIXTA
	POSTRE	FRUTA VARIADA O YOGUR	FRUTA VARIADA O YOGUR	FRUTA VARIADA O YOGUR	FRUTA VARIADA O HELADO	FRUTA VARIADA O YOGUR	FRUTA VARIADA O YOGUR	HELADO O FRUTA Y CAFÉ
		kcal:730 HC: 65 g Prot: 24 g Lip: 39 g	kkcal:798 HC: 106 g Prot: 43 g Lip:20 g	kcal:649 HC: 84 g Prot: 44 g Lip: 13 g	kcal:697 HC: 95 g Prot: 47 g Lip: 12 g	kcal:609 HC: 74 g Prot: 37 g Lip:16 g	kcal:609 HC: 74 g Prot: 37 g Lip:16 g	kcal:791 HC:94 g Prot: 44 g Lip: 22 g
CENA	1º	SOPA DE FIDEOS O MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA O CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE VERDURAS O CREMA DE VERDURAS O ACELGAS REHOGADAS	ESPÁRRAGOS CON ENSALADA O SOPA DE PICADILLO O CREMA DE CHAMPIÑONES	ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO O CREMA DE CALABACÍN O SOPA DE ESTRELLAS	ESPINACAS SALTEADAS O CREMA DE CALABAZA O SOPA DE FIDEOS	ENSALADA DE POLLO Y PIÑA O SOPA DE PESCADO O CREMA DE PUERROS	SOPA MINISTRONE O VERDURAS A LA PROVENZAL O CREMA DE CEBOLLA Y PATATA
	2º	CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON VERDURAS	FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA CON PATATAS AL VAPOR	TORTILLA DE CALABACÍN	CROQUETAS DE COCIDO CON VERDURAS SALTEADAS	SÁNDWICH CROQUE-MONSIEUR	HUEVOS A LA JARDINERA	MERLUZA A LA VASCA
	POSTRE	FRUTA VARIADA O CUAJADA	FRUTA VARIADA O FLAN	COMPOTA DE MANZANA O YOGUR	FRUTA VARIADA O YOGUR	FRUTA VARIADA O NATILLAS	MELOCOTÓN EN SU JUGO O YOGUR	FRUTA VARIADA O YOGUR
		kcal:600 HC: 81 g Prot: 18 g Lip: 26 g	kcal:587 HC: 74 g Prot: 18g Lip: 22 g	kcal:636 HC: 71 g Prot: 42 g Lip: 21 g	kcal:590 HC: 62 g Prot: 35 g Lip: 21 g	kcal:579 HC:70 g Prot: 42 g Lip: 13 g	kcal:596 HC: 48 g Prot: 42 g Lip: 25 g	kcal:606 HC: 71 g Prot: 31 g Lip: 20 g

SI PRESENTA ALGUNA ALERGIA O INTOLERANCIA A ALGUNO DE ESTOS ALÉRGENOS, DEBERÁ CONSULTAR CON EL PERSONAL DE SEGURIDAD ALIMENTARIA LA POSIBLE PRESENCIA DE ÉSTOS EN EL MENÚ. PROCEDA DEL MISMO MODO EN CASO DE QUE SU ALERGIA O INTOLERANCIA SEA DEBIDA A CUALQUIER OTRO ALÉRGENO ALIMENTARIO NO RECOGIDO EN LA CARTELERÍA CORRESPONDIENTE A ALÉRGENOS

