

MENÚ BASAL DEL 28 AL 3 DE NOVIEMBRE

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

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

COMIDA

COMIDA	1º	PISTO O CREMA DE BRÓCOLI O SOPA DE ESTRELLAS	ENSALADA DE GARBANZOS O COLIFLOR REHOGADA O CREMA DE GARBANZOS	CREMA DE PUERROS O JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON PATATAS AL VAPOR O SOPA DE FIDEOS	ARROZ CON HIGADITOS O ACELGAS REHOGADAS O CREMA DE GUISANTES	LENTEJAS CON VERDURAS O PURÉ DE LENTEJAS O LOMBARDA REHOGADA	MACARRONES BOLOÑESA O ALCACHOFAS SALTEADAS O CREMA DE BERENJENA	ARROZ CON VERDURAS O JUDÍAS VERDES SALTEADAS O CREMA DE CALABACÍN
	2º	POLLO EMPANADO AL LIMÓN	HAMBURGUESA AL PLATO CON BACON Y QUESO	POLLO ASADO AL AJILLO CON PATATA PANADERA	TORTILLA FRANCESA CON PIQUILLOS	BIEN MESABE CON ENSALADA DE REMOLACHA Y MANZANA	CHURRASQUITO DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA	BACALAO A LA SIDRA
	POSTRE	FRUTA VARIADA O YOGUR	FRUTA VARIADA O YOGUR	FRUTA VARIADA O HELADO	FRUTA VARIADA O YOGUR	FRUTA O BUÑUELOS Y CAFÉ	FRUTA VARIADA O YOGUR	FRUTA O HELADO Y CAFÉ
		kcal:711 HC: 77 g Prot:32 g Lip: 27 g	kcal:688 HC: 86 g Prot:43 g Lip: 17 g	kcal:608 HC: 89 g Prot:30 g Lip: 12 g	kcal:755 HC: 76 g Prot:39 g Lip: 31 g	kcal:754 HC: 87 g Prot: 54 g Lip: 19 g	kcal:677 HC: 83 g Prot: 35 g Lip: 20 g	kcal:707 HC: 92 g Prot: 30 g Lip: 22 g

CENA

CENA	1º	ACELGAS REHOGADAS O CREMA DE VERDURAS O SOPA DE POLLO CON FIDEOS	SOPA DE LLUVIA O CREMA DE CALABAZA O WOK DE VERDURAS	CREMA DE VERDURAS O LOMBARDA REHOGADA O SOPA DE PIMIENTO Y TOMATE	ESPINACAS A LA CREMA O SOPA DE FIDEOS O MENESTRA DE VERDURAS EN SALSA	SOPAS DE AJO O CREMA DE CALABACÍN O ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO	VERDURAS ESTOFADAS O SOPA DE ESTRELLAS O CREMA DE VERDURAS	CREMA DE CHAMPIÑÓN O BRÓCOLI REHOGADO O SOPA DE PICADILLO
	2º	TORTILLA DE ATÚN CON ZANAHORIA BABY	MERLUZA CON SALTEADO DE VERDURAS Y SETAS	RABAS DE CALAMAR A LA ROMANA CON ENSALADA	JAMÓN YORK AL OPORTO CON PATATAS	ENTREMESES VARIADOS	PALOMETA EN SALSA DE TOMATE	HUEVOS A LA JARDINERA
	POSTRE	FRUTA VARIADA O CUAJADA	FRUTA VARIADA O FLAN	PIÑA EN SU JUGO O YOGUR	FRUTA VARIADA O NATILLAS	FRUTA VARIADA O NATILLAS	FRUTA VARIADA O YOGUR	FRUTA VARIADA O YOGUR
		kcal:614 HC: 99 g Prot:23 g Lip: 12 g	kcal:625 HC: 77 g Prot:22 g Lip: 24 g	kcal:534 HC: 60 g Prot:39 g Lip: 13 g	kcal:558 HC: 70 g Prot:32 g Lip: 15 g	kcal:579 HC: 79 g Prot: 39 g Lip: 10 g	kcal:596 HC:65 g Prot: 42 g Lip: 17 g	kcal:516 HC:75 g Prot:20 g Lip: 13 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

