

MENÚ BASAL OCTUBRE. LÍNEA CALIENTE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
28	29	30	01 OCT	02
 Lentejas de la huerta Carne en salsa con patatas PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 625kcal HC: 83g Az: 24g Pt: 22g Gr: 18g St: 4g Sal: 1.3g	 Cazuela de fideos  Merluza en salsa de zanahoria con menestra PAN INTEGRAL  FRUTA. AGUA. Energía: 592Kcal HC: 54g Az: 2g Pt: 22g Gr: 15g St: 3g Sal: 1.1g	Guiso de alubias con chorizo  Tortilla de patata con ensalada PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 625kcal HC: 83g Az: 24g Pt: 22g Gr: 18g St: 4g Sal: 1.3g	Crema de calabaza  Nuggets de pollo con ensalada PAN INTEGRAL  FRUTA. AGUA. Energía: 625kcal HC: 83g Az: 24g Pt: 22g Gr: 18g St: 4g Sal: 1.3g	Crema de verduras Hamburguesa de pollo con patatas PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 603Kcal HC: 68g Az: 14g. Pt: 24g Gr: 16g St: 5.4g Sal: 1.6g
05	06	07	08	09
Crema de verduras Ragout de pavo con patatas PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 594Kcal HC: 68g Az: 12g. Pt: 24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g	Sopa de arroz con pollo  Tortilla de espinacas con ensalada PAN INTEGRAL  FRUTA. AGUA. Energía: 594Kcal HC: 68g Az: 12g. Pt: 24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g	Guisadillo de patatas con ternera  Gallineta al horno en salsa zanahoria con judías verdes PAN  YOGUR. AGUA Energía: 558Kcal HC: 59g Az: 20g Pt: 25g Gr: 19g St: 3g Sal: 1.3g	Crema de verduras con merluza Hamburguesa de pollo con ensalada PAN INTEGRAL  FRUTA. AGUA. Energía: 603Kcal HC: 68g Az: 14g. Pt: 24g Gr: 16g St: 5.4g Sal: 1.6g	 Cocido de garbanzos  Merluza en salsa de verde PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 605Kcal HC: 76g Az: 16g Pt: 25g Gr: 17g St: 4g Sal: 1.
12	13	14	15	16
 Lentejas con chorizo  Tortilla francesa con ensalada PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 625kcal HC: 83g Az: 24g Pt: 22g Gr: 18g St: 4g Sal: 1.3g	Crema de calabaza al curry Lomo asado con zanahoria PAN INTEGRAL  FRUTA. AGUA. Energía: 592Kcal HC: 54g Az: 2g Pt: 22g Gr: 15g St: 3g Sal: 1.1g	Crema de verduras  Palitos de merluza con ensalada PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 605Kcal HC: 76g Az: 16g Pt: 25g Gr: 17g St: 4g Sal: 1.	 Potaje de habichuelas  Merluza en salsa verde con menestra PAN INTEGRAL  YOGUR. AGUA Energía: 594Kcal HC: 68g Az: 12g. Pt: 24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g	Meloso de arroz Ragout de cerdo con ensalada PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 625kcal HC: 83g Az: 24g Pt: 22g Gr: 18g St: 4g Sal: 1.3g
19	20	21	22	23
Crema de calabaza con manzana Jamoncitos de pollo con menestra PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 594Kcal HC: 68g Az: 12g. Pt: 24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g	 Potaje de garbanzos  Gallineta al horno en salsa verde con zanahoria PAN  YOGUR. AGUA Energía: 558Kcal HC: 59g Az: 20g Pt: 25g Gr: 19g St: 3g Sal: 1.3g	Cazuela de arroz  Tortilla de patata con ensalada PAN INTEGRAL  FRUTA. AGUA. Energía: 603Kcal HC: 68g Az: 14g. Pt: 24g Gr: 16g St: 5.4g Sal: 1.6g	Crema de zanahoria  Merluza empanada con ensalada PAN INTEGRAL  FRUTA. AGUA. Energía: 592Kcal HC: 54g Az: 2g Pt: 22g Gr: 15g St: 3g Sal: 1.1g	Guisadillo de patatas con chorizo Hamburguesa de pollo con ensalada PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 625kcal HC: 83g Az: 24g Pt: 22g Gr: 18g St: 4g Sal: 1.3g
26	27	28	29	30
 Lentejas de la huerta  Merluza en salsa de zanahoria con ensalada PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 605Kcal HC: 76g Az: 16g Pt: 25g Gr: 17g St: 4g Sal: 1.	Crema de verduras Ragout de pavo con judías verdes PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 594Kcal HC: 68g Az: 12g. Pt: 24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g	Crema de verduras con pavo  Salchichas de pollo con ensalada PAN  YOGUR. AGUA Energía: 558Kcal HC: 59g Az: 20g Pt: 25g Gr: 19g St: 3g Sal: 1.3g	 Potaje de alubias  Tortilla de calabacín con ensalada PAN  FRUTA. AGUA. Energía: 594Kcal HC: 68g Az: 12g. Pt: 24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g	Arroz caldoso  Gallineta al horno en salsa verde con menestra PAN INTEGRAL  FRUTA. AGUA. Energía: 594Kcal HC: 68g Az: 12g. Pt: 24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g

El menú basal no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias. Atendiendo al RD1169/2011, pueden solicitar al personal de la empresa la información de los alérgenos. A fin de garantizar un adecuado servicio de comedor se ruega, que los padres informen siempre y de la forma más detallada posible, tanto a la empresa de comedor como al centro escolar, de las alergias y/o intolerancias de su hijo/a. GRACIAS.

La información sobre alérgenos se basa en los datos facilitados por nuestros proveedores. Debido a los procesos de elaboración de nuestros platos preparados, no es posible excluir la presencia accidental de alérgenos. Solicite la información que precise.

la pieza de fruta será de temporada, fruta ecológica o fruta IV gama y variada. Los menús podrán sufrir variaciones por necesidades de mercado.

