


MENÚ BASAL MAYO 2019

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|--|--|---|--|---|
|  |  | <p>UTILIZAMOS PRODUCTOS INTEGRALES</p>  |  <p>COCINAMOS CON ACEITE DE OLIVA</p> |  <p>MENÚ GASTRONÓMICO. DÍA 14 DE MAYO. RUSIA</p> |
| <p>6 LENTEJAS CASTELLANAS INTEGRALES SAN JACOBO CON ENSALADA DE LECHUGA MELOCOTÓN EN ALMÍBAR Y PAN WHOLE CASTILIAN LENTILS ST. JACOB WITH LETTUCE SALAD PEACH IN SYRUP AND BREAD KCAL: 792 LIP: 32,8% PROT: 16,6% HC: 50,6%</p> | <p>7 ARROZ AL HORNO CON TOMATE PESCADILLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN RICE BAKED WITH TOMATO WHITING WITH LETTUCE AND CORN SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 890 LIP: 30,7% PROT: 14,8% HC: 54,5%</p> | <p>8 CREMA PARMENTIER (calabacín) POLLO AL AJILLO CON PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN PARMENTIER CREAM (zucchini) GARLIC CHICKEN WITH FRIED POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 843 LIP: 37,2% PROT: 15% HC: 47,8%</p> | <p>9 FIDEUÁ VALENCIANA TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN VALENCIAN FIDEUA POTATOES OMELETTE WITH LETTUCE AND TOMATO SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 797 LIP: 35,3% PROT: 13,1% HC: 51,6%</p> | <p>10 PATATAS GUIADAS CON CARNE DE TERNERA RAPE CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN STEWED POTATOES WITH VEAL SNUFF WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD KCAL: 706 LIP: 30,4% PROT: 17,5% HC: 52,1%</p> |
| <p>13 LACITOS A LA ITALIANA (pasta con chorizo, tomate y queso rallado) CROQUETAS CASERAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO YOGUR AL GUSTO Y PAN ITALIAN BOWS (pasta with chorizo, tomato and grated cheese) HAM CROQUETTES WITH LETTUCE AND CUCUMBER SALAD YOGURT TO TASTE AND BREAD KCAL: 968 LIP: 37,5% PROT: 12,8% HC: 49,7%</p> | <p>14 ENSALADA OLIVIER FILETES RUSOS CON SALSA DE TOMATE FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN OLIVIER SALAD RUSSIAN STEAKS WITH TOMATO SAUCE SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 635 LIP: 35% PROT: 20,3% HC: 44,7%</p> | <p>15</p>  | <p>16 PAELLA MIXTA HUEVOS A LA FLAMENCA CON PISTO FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN MIXED PAELLA FLAMENCO EGGS WITH RATATOUILLE SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 921 LIP: 31,9% PROT: 17,2% HC: 50,9%</p> | <p>17 FABES CON VERDURAS PESCADILLA EN SALSA VERDE CON GUISANTES FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN BEANS WITH VEGETABLES WHITING IN GREEN SAUCE WITH PEAS SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD KCAL: 729 LIP: 28,9% PROT: 18,9% HC: 52,2%</p> |
| <p>20 ARROZ TRES DELICIAS VARITAS DE PESCADO CON ENSALADA DE LECHUGA GELATINA DE SABORES Y PAN FRIED RICE HAKE STICKS WITH LETTUCE SALAD FLAVOURS OF JELLY AND BREAD KCAL: 904 LIP: 36,7% PROT: 17,5% HC: 45,8%</p> | <p>21 JUDÍAS PINTAS CON ARROZ TORTILLA DE JAMÓN YORK Y QUESO CON ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN BEAN WITH RICE OMELETTE WITH HAM, CHEESE AND LETTUCE AND OLIVES SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 734 LIP: 30,4% PROT: 17,8% HC: 51,8%</p> | <p>22 CREMA DE VERDURAS FRESCAS CARNE ESTOFADA CON TOMATE Y PATATAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN FRESH VEGETABLE CREAM BRAISED BEEF WITH TOMATO AND POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 901 LIP: 35,4% PROT: 16,9% HC: 47,7%</p> | <p>23 ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (pasta con carne picada, tomate frito y queso rallado) MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN SPAGHETTI NEAPOLITAN (pasta with minced meat, tomato and grated cheese) HAKE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD KCAL: 873 LIP: 34,3% PROT: 17,5% HC: 49,6%</p> | <p>24 SOPA DE PICADILLO A LA PROVENZAL FILETE DE CONTRAMUSLO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN PROVENZAL "PICADILLO" SOUP THIGH FILLET WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 917 LIP: 29,1% PROT: 18,9% HC: 52%</p> |
| <p>27 TALLARINES A LA BOLONESA (pasta con carne de pavo, tomate y queso rallado) CINTA DE LOMO CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ NATILLAS DE VAINILLA Y PAN BOLOGNESE TAGLIATELLE (pasta with turkey, tomato and grated cheese) STRIP STEAK WITH LETTUCE AND CORN SALAD VANILLA CUSTARD AND BREAD KCAL: 911 LIP: 32,8% PROT: 16,5% HC: 50,7%</p> | <p>28 PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS IBÉRICAS BACALAO A LA VIZCAÍNA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN POTATOES WITH IBERIAN RIBS VIZCAINA COD WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 786 LIP: 30,4% PROT: 17,5% HC: 52,1%</p> | <p>29 JUDÍAS VERDES REHOGADAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON CHAMPIÑÓN Y PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN GREEN BEANS SAUTE BEEF MEAT BALLS WITH MUSHROOM AND FRIED POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 883 LIP: 34,3% PROT: 15,1% HC: 54,5%</p> | <p>30 SOPA DE COCIDO COCIDO de garbanzos, repollo, patatas, zanahorias, tocino, chorizo y carne. FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN STEW COOKED SOUP STEW of chickpeas, potatoes, cabbage, bacon, chorizo and beef SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 821 LIP: 31,4% PROT: 14,5% HC: 54,1%</p> | <p>31 ARROZ A LA CATALANA MERLUZA EN SALSA MARINERA CON MEJILLONES Y ENSALADA DE LECHUGA TARRINA DE HELADO Y PAN CATALAN RICE HAKE IN SEAFOOD SAUCE WITH MUSSELS AND LETTUCE SALAD ICE CREAM TUB AND BREAD KCAL: 912 LIP: 31,9% PROT: 17,2% HC: 50,9%</p> |