

MENÚ BASAL DICIEMBRE 2021

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	Información Nutricional
	 UTILIZAMOS PRODUCTOS INTEGRALES DÍA 17 DE DICIEMBRE	1 ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS PESCADILLA EN SALSA AURORA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN PINTO BEANS WITH VEGETABLES WHITINNG IN AURORA SAUCE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD	2 PATATAS GUIADAS CON CARNE DE TERNERA FILETE DE CONTRAMUSLO CON ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN STEWED POTATOES WITH BEEF THIGH FILLET WITH LETTUCE AND CUCUMBER SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD	3 ARROZ A LA CATALANA LENGUADO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR LECHE Y PAN CATALAN RICE SOLE WITH LETTUCE AND SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD	Kcal: 714 HC: 81 Prot: 38 Lip: 28
	NO LECTIVO	NO LECTIVO	9 MACARRONES A LA ITALIANA REDONDO DE LOMO EN SU JUGO CON PURÉ DE PATATA GELATINA DE SABORES Y PAN ITALIAN MACARONI ROUND LOIN IN ITS OWN JUICE WITH MASHED POTATO JELLY AND BREAD	10 JUDÍAS BLANCAS CON ALMEJAS BACALAO A LA VIZCAINA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR LECHE Y PAN WHITE BEANS WITH CLAMS VIZCAINA COD WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD	Kcal: 631 HC: 74 Prot: 29 Lip: 24
13 ARROZ AL HORNO CON TOMATE FILETES RUSOS CON ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS YOGUR AL GUSTO Y PAN BAKED RICE WITH TOMATO RUSSIAN FILLETS WITH LETTUCE AND OLIVES SALAD YOGURT TO TASTE AND BREAD	14 PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS ADOBADAS MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN STEWED POTATOES WITH VEAL ROMAN HAKE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD	15 CREMA DE VERDURAS FRESCAS POLLO EN PEPITORIA CON PATATAS PANADERAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN FRESH VEGETABLE CREAM CHICKEN FRICASSEE WITH BAKED POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD	16 COCIDO MADRILEÑO COMPLETO 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	17 SPAGUETTIS INTEGRALES A LA BOLOGNESE FLETÁN CON ENSALADA DE LECHUGA Y ATÚN FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR LECHE Y PAN WHOLEGRAIN SPAGHETTI BOLOGNESE FISH WITH LETTUCE AND TUNA SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD	Kcal: 699 HC: 84 Prot: 31 Lip: 27
20 LENTEJAS PARDINAS ESTOFADAS TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN STEWED PARDINA LENTILS SPANISH OMELETTE WITH LETTUCE AND CORN SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD	21 LACITOS A LA NAPOLITANA PESCADILLA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN NEAPOLITAN BOWS BAKED WHITING WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD	22 SOPA ESTRELLADA DE AVE CON HUEVO COCIDO PIZZA MARGARITA CON JAMÓN YORK Y QUESO MELOCOTÓN EN ALMÍBAR, REFRESCOS Y PAN STARS SOUP WITH CHICKEN AND POACHED EGG MARGARET PIZZA WITH HAM AND CHEESE PEACH IN SYRUP, SOFT DRINKS AND BREAD			Kcal: 680 HC: 89 Prot: 36 Lip: 23



VACACIONES DE NAVIDAD



