



MENÚ BASAL MARZO 2022

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | VALORACIÓN NUTRICIONAL |
|---|---|--|--|---|--|
|  <p>MENÚ GASTRONÓMICO. DÍA 16 DE MARZO. FRANCIA</p> | <p>1 ESPIRALES CON ATÚN Y TOMATE FRITO ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON CHAMPIÑÓN Y ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS GELATINA DE SABORES Y PAN SPIRALS WITH TUNA AND FRIED TOMATO VEAL MEAT BALLS WITH MUSHROOM AND LETTUCE SALAD JELLY AND BREAD</p> | <p>2 JUDÍAS PINTAS CON ARROZ LENGUADO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN BEANS WITH RICE SNUFF WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p> | <p>3 PAELLA VALENCIANA DE MARISCO TORTILLA DE CALABACÍN CON ENSALADA DE LECHUGA Y ATÚN FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN VALENCIAN SEAFOOD PAELLA ZUCCHINI OMELET WITH LETTUCE AND TUNA SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p> | <p>4 UDÍAS VERDES PLANAS REHOGADAS JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN GREEN BEANS SAUTE GRILLED CHICKEN WITH POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p> | <p>Kcal: 698,50 HC: 54% Prot: 17,30% Lip: 28,6% AGS: 7g</p> |
| <p>7 SOPA DE PICADILLO A LA PROVENZAL SAN JACOBO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE MELOCOTÓN EN ALMIBAR Y PAN PICADILLO SOUP ST. JACOB WITH LETTUCE AND TOMATO SALAD PEACHES IN SYRUP AND BREAD</p> | <p>8 ARROZ TRES DELICIAS LOMOS DE BACALAO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN RICE THREE DELICIES PERCH TO THE ROMAN WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p> | <p>9 EMPEDRADO DE GARBANZOS HUEVOS A LA TOLEDANA CON PISTO MANCHEGO FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN CHICKPEA PAVING EGGS WITH RATATOUILLE SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p> | <p>10 CREMA PARMENTIER (calabacín) FILETES RUSOS DE TERNERA CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN PARMENTIER CREAM (zucchini) RUSSIAN BEEF STEAKS WITH POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p> | <p>11 ESPAGUETTIS A LA CARBONARA FILETE DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN CARBONARA SPAGUETTI HAKE FILLET WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p> | <p>Kcal: 746 HC: 49,92% Prot: 16,17% Lip: 33,7% AGS: 8g</p> |
| <p>14 LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS REDONDO DE LOMO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA YOGUR AL GUSTO Y PAN ECOLOGICAL LENTILS STEWED WITH VEGETABLES STRIP STEAK WITH LETTUCE SALAD YOGURT TO TASTE AND BREAD</p> | <p>15 ARROZ HUERTANO (arroz con verduras) FILETE DE ABADEJO CON ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN RICE ORCHARD HADDOCK FILLET WITH LETTUCE AND CUCUMBER SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p> | <p>16 BULLABESA (sopa de marisco) TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN YORK, QUESO Y ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN SEA FOOD SOUP OMELETTE WITH HAM, CHEESE AND LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p> | <p>17 CREMA DE ZANAHORIAS Y PUERROS RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN CARROTS AND LEEKS CREAM VEAL RAGOUT WITH POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p> | <p>18 TALLARINES A LA BOLOGNESE LENGUADINA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ATÚN FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN TAGLIATELLE TO THE BOLOGNESE SOLE WITH LETTUCE AND CORN SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p> | <p>Kcal: 730,8 HC: 50,84% Prot: 15,94% Lip: 32,92% AGS: 8g</p> |
| <p>21 MACARRONES A LA ITALIANA CON CHORIZO DELICIAS DE CALAMAR Y EMPANADILLAS DE ATÚN CON ENSALADA DE LEHUGA NATILLAS DE VAINILLA Y PAN ITALIAN MACORONI WITH CHORIZO SQUID DELIGHTS AND TUNA PATTIES WITH LETTUCE SALAD VANILLA CUSTARD AND BREAD</p> | <p>22 CREMA DE LA HUERTA MURCIANA (patatas, cebollas, judías verdes, acelgas, tomates, puerros, repollos, pimientos y zanahorias) CARNE ESTOFADA CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN FRESH VEGETABLE CREAM STEWED MEAT WITH POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p> | <p>23 PATATAS GUIADAS A LA MARINERA ESCALOPE DE CONTRAMUSLO CON ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN STEWED POTATOES SEFOOD THIGS ESCALOPE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p> | <p>24 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</p> | <p>25 ARROZ A LA MILANESA VENTRESCA DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN RICE BREADED BAKED HAKE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p> | <p>Kcal: 705,4 HC: 52,62% Prot: 14,96% Lip: 32,44% AGS: 7g</p> |
| <p>28 LACITOS A LA ALEMANA NUGGETS DE POLLO CON ENSALADA DE LEHUGA GELATINA DE SABORES Y PAN SAUSAGE BOWS CHICKEN NUGGETS WITH LETTUCE SALAD JELLY AND BREAD</p> | <p>29 ARROZ A LA CATALANA CAELLA A LA ANDALUZA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN CATALAN STYLE RICE CAELLA ANDALUSIAN STYLE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p> | <p>30 ESTOFADO DE ALUBIAS TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN WHITE BEANS WITH VEGETABLES SPANISH OMELET WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p> | <p>31 JUDÍAS VERDES CON TOMATE FRITO ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN GREEN BEANS SAUTE WITH TOMATO SAUCE VEAL MEAT BALLS IN SAUCE WITH POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p> | <p>ECO</p>  <p>UTILIZAMOS PRODUCTOS ECOLÓGICOS. DÍA 14 DE MARZO</p> | <p>Kcal: 731,75 HC: 52,97% Prot: 16,22% Lip: 30,77% AGS: 7g</p> |