





**MENÚ BASAL MAYO 2023**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	VALORACIÓN NUTRICIONAL
 <p><b>DÍA 26 DE MAYO DE 2023</b> <b>TODOS COMEMOS SIN GLUTEN</b></p>	 <p><b>MENÚ GASTRONÓMICO. DÍA 10 DE MAYO. MADRID</b></p>	<p><b>3</b> MACARRONES CON ATÚN Y TOMATE FRITO ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON CHAMPIÑÓN Y ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS YOGUR AL GUSTO Y PAN ITALIAN MACARONI WITH TUNA AND FRIED TOMATO VEAL MEAT BALLS WITH MUSHROOM AND LETTUCE SALAD YOGURT TO TASTE AND BREAD</p>	<p><b>4</b> PAELLA VALENCIANA DE MARISCO LENGUADO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN VALENCIAN SEAFOOD PAELLA SNUFF WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p>	<p><b>5</b> PURÉ DE VERDURAS FRESCAS (patatas, cebollas, judías verdes, acelgas, tomates, puerros, repollos, pimientos y zanahorias) JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA CON PATATAS ASADAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN MASHED VEGETABLES GRILLED CHICKEN WITH ROAST POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p><b>Kcal: 721,28</b> <b>HC: 100 g</b> <b>Prot: 39 g</b> <b>Lip: 25 g</b> <b>AGS: 7 g</b></p>
<p><b>8</b> ARROZ A LA CUBANA TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN YORK, QUESO Y ENSALADA DE LECHUGA YOGUR AL GUSTO Y PAN CUBA STYLE RICE OMELETTE WITH HAM, CHEESE AND LETTUCE SALAD YOGURT TO TASTE AND BREAD</p>	<p><b>9</b> BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN ESCALOPE DE CONTRAMUSLO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTAL DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN BRAISED BROCCOLI WITH HAM THIGS ESCALOPE WITH LETTUCE AND TOMATO SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p><b>10</b> <b>COCIDO MADRILEÑO COMPLETO</b> 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><b>11</b> CREMA PARMENIER (calabacín) FILETES RUSOS DE TERNERA CON PATATAS GAJO FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN PARMENTIER CREAM (zucchini) RUSSIAN BEEF STEAKS WITH WEDGES POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p><b>12</b> ESPAGUETTIS A LA CARBONARA FILETE DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN CARBONARA SPAGUETTI HAKE FILLET WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p>	<p><b>Kcal: 681,23</b> <b>HC: 94 g</b> <b>Prot: 29 g</b> <b>Lip: 25,3 g</b> <b>AGS: 8 g</b></p>
	<p><b>16</b> LENTEJAS PARDINAS ESTOFADAS CON VERDURAS CANELONES DE ATÚN CON ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS YOGUR AL GUSTO Y PAN LENTILS STEWED WITH VEGETABLES TUNA CANNELONI WITH LETTUCE AND OLIVES SALAD YOGURT TO TASTE AND BREAD</p>	<p><b>17</b> FIDEUÀ VALENCIANA TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN VALENCIAN FIDEUÀ SPANISH OMELETTE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p><b>18</b> 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><b>19</b> ENSALADA CAMPERA LOMOS DE BACALAO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN COUNTRY SALAD COD LOINS WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p>	<p><b>Kcal: 729,4</b> <b>HC: 89,9 g</b> <b>Prot: 32 g</b> <b>Lip: 25,6 g</b> <b>AGS: 6 g</b></p>
<p><b>22</b> ARROZ INTEGRAL HUERTANO (arroz con verduras) VARITAS DE MERLUZA CON ENSALADA DE LEHUGA Y ATÚN TARRINA DE HELADO Y PAN INTEGRAL RICE ORCHARD WADS HAKE WITH LETTUCE AND TUNA SALAD TUB OF ICE CREAM AND BREAD</p>	<p><b>23</b> 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><b>24</b> FABES CON VERDURAS HUEVOS A LA TOLEDANA CON PISTO MANCHEGO FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN BEANS WITH VEGETABLES EGGS WITH RATATOUILLE SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p><b>25</b> JUDÍAS VERDES REHOGADAS POLLO AL LIMÓN CON PATATAS PANADERAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN GREEN BEANS SAUTE LEMON CHICKEN WITH BAKED POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p><b>26</b> MACARRONES A LA ITALIANA CON CHORIZO VENTRESCA DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN ITALIAN MACORONI WITH CHORIZO BAKED HAKE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p>	<p><b>Kcal: 730,8</b> <b>HC: 101 g</b> <b>Prot: 35,1 g</b> <b>Lip: 24,3 g</b> <b>AGS: 7 g</b></p>
<p><b>29</b> ARROZ A LA CATALANA CAELLA A LA ANDALUZA CON ENSALADA DE LECHUGA YOGUR AL GUSTO Y PAN CATALAN STYLE RICE CAELLA ANDALUSIAN STYLE WITH LETTUCE SALAD YOGURT TO TASTE AND BREAD</p>	<p><b>30</b> SOPA DE PICADILLO A LA PROVENZAL FILETE DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN PROVENZAL PICADILLO SOUP GRILLED CHICKEN FILLET WITH LETTUCE AND OLIVES SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p><b>31</b> BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN CINTA DE LOMO CON PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN BRAISED BROCCOLI WITH HAM SPINE TAPE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	 <p><b>UTILIZAMOS PRODUCTOS INTEGRALES. DÍA 22 DE MAYO</b></p>	<p><b>Kcal: 731,9</b> <b>HC: 97,34 g</b> <b>Prot: 38,3 g</b> <b>Lip: 21,8 g</b> <b>AGS: 8 g</b></p>	