






MENÚ BASAL NOVIEMBRE 2024

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	VALORACIÓN NUTRICIONAL
<p>4 LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS REDONDO DE LOMO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ YOGUR Y PAN ECOLOGICAL LENTILS STEWED WITH VEGETABLES STRIP STEAK WITH LETTUCE AND CORN SALAD YOGURT AND BREAD</p>	<p>5 MACARRONES A LA ITALIANA CON CHORIZO VENTRESCA DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN ITALIAN MACORONI WITH CHORIZO BAKED HAKE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p>6 ARROZ CALDOSO CON POLLO Y VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN SOUP RICE WITH CHICKEN AND VEGETABLES SPANISH OMELETTE WITH LETTUCE AND CUCUMBER SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p>7 PATATAS GUIADAS CON CARNE LENGUADO 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</p>	<p>8 BRÓCOLI SALTEADO CON JAMÓN ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON CHAMPIÑÓN Y PATATAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN BRAISED BROCCOLI WITH HAM MEATBALLS TO THE JARDINIÈRE WITH MUSHROOMS AND POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p>ENERGÍA (Kcal): 705 H, CARBONO (g): 83,5 PROTEÍNAS (g): 26 LÍPIDOS (g): 30 AGS (g): 5,9</p>
<p>11 ARROZ A LA CUBANA VARITAS DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA YOGUR Y PAN CUBA STYLE RICE WANDS HAKE WITH LETTUCE SALAD YOGURT AND BREAD</p>	<p>12 SOPA DE PICADILLO A LA PROVENZAL CON HUEVO COCIDO HAMBURGUESA DE TERNERA CON PATATAS Y KETCHUP FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN PROVENZAL "PICADILLO SOUP" WITH BOILED EGG VEAL BURGER WITH POTATOES AND KETCHUP SEASONAL FRUIT AND BREAD</p>	<p>13 PUCHERO DE GARBANZOS ESTOFADOS TORTILLA FRANCESA CON YORK, QUESO Y ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN CHICKPEAS WITH VEGETABLES FRENCH OMELETTE WITH HAM, CHEESE AND LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p>14 ESPAGUETTIS A LA CARBONARA PESCADILLA EN SALSA VERDE CON GUISANTES FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN CARBONARA SPAGUETTI SNUFF IN GREEN SAUCE WITH PEAS SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p>	<p>15 JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA JAMONCITOS DE POLLO CON PATATAS PANADERAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN GREEN BEANS CHICKEN DRUMSTICKS WITH BAKED POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p>ENERGÍA (Kcal): 686 H, CARBONO (g): 83,6 PROTEÍNAS (g): 29,4 LÍPIDOS (g): 26 AGS (g): 5,7</p>
<p>18 FIDEUÁ VALENCIANA HUEVOS A LA TOLEDANA CON PISTO MANCHEGO YOGUR Y PAN VALENCIAN FIDEUA EGGS WITH RATATOUILLE YOGURT AND BREAD</p>	<p>19 PATATAS GUIADAS A LA MARINERA POLLO EN PEPITORIA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN STEWED POTATOES WITH SEAFOOD CHICKEN FRICASSEE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p>20 FEIXÓNS BRANCOS (judías blancas) LACÓN GALEGO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN WHITE BEANS GALICIAN LACON WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p>21 PAELLA MIXTA FILETE DE ABADENO CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN MIXED PAELLA HADDOCK FILLET WITH LETTUCE AND CORN SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p>	<p>22 CREMA PARMENTIER (calabacín) RAGOUT DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN PARMENTIER CREAM (zucchini) VEAL RAGOUT WITH CARROT AND FRIED POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p>ENERGÍA (Kcal): 659 H, CARBONO (g): 87 PROTEÍNAS (g): 29 LÍPIDOS (g): 21,5 AGS (g): 6,5</p>
<p>25 ESPAGUETTIS A LA BOLOGNESE CROQUETAS CASERAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE YOGUR Y PAN BOLOGNESE SPAGUETTI HAM CROQUETTES WITH LETTUCE AND TOMATO SALAD YOGURT AND BREAD</p>	<p>26 ARROZ TRES DELICIAS BACALAO A LA VIZCAINA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN RICE THREE DELICIES BISCAYAN COD WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p>	<p>27 CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES CARNE ESTOFADA CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN FRESH VEGETABLE CREAM WITH CROUTONS STEWED MEAT WITH POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD</p>	<p>28 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>29 PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN STEWED POTATOES WITH MARINATED RIBS HAKE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD</p>	<p>ENERGÍA (Kcal): 703 H, CARBONO (g): 92 PROTEÍNAS (g): 27 LÍPIDOS (g): 24,9 AGS (g): 6,1</p>
	 <p>UTILIZAMOS PRODUCTOS ECOLÓGICOS. DÍA 4 DE NOVIEMBRE</p>			 <p>MENÚ GASTRONÓMICO DE GALICIA. DÍA 20 DE NOVIEMBRE</p>	