































































Menú Basal Febrero (February)

Alergia e intolerancia al **PESCADOS Y MARISCOS**

Lunes Monday	Martes Tuesday	Miércoles Wednesday	Jueves Thursday	Viernes Friday
	<p>¡Disfruta con nosotros de "Un comedor de película"!</p> <p>Síguenos en  y entérate de nuestras actividades</p> 			<p>1 726 Kcal 37,2 Prot 36,4 Lip 56,9 Hc</p> <p>Sopa de picadillo con estrellitas  <i>Chicken broth with chicken and bread pieces</i></p> <p>Pavo con ensalada +S  <i>Turkey with salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>
<p>04 747 Kcal 30,1 Prot 33,6 Lip 73,5 Hc</p> <p>Macarrones a la boloñesa  <i>Spaguetti with tomato</i></p> <p>Lomo al horno con ensalada +S  <i>Tenderlaid with salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>05 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc</p> <p>Crema de verduras frescas+S  <i>Cream of vegetables</i></p> <p>Pavo con ensalada+S  <i>Turkey with salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>06 617 Kcal 27,3 Prot 25,9 Lip 65 Hc</p> <p>Alubias blancas estofadas con verduras +S  <i>Beans with vegetables</i></p> <p>Huevos a la flamenca  <i>Baked eggs with ham and pea</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>07 749 Kcal 37,8 Prot 38,3 Lip 56,7 Hc</p> <p>Coliflor al horno con bechamel +S  <i>Cauliflower bechamel</i></p> <p>Albóndigas a la jardinera con patatas  <i>Meatball with chips</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>08 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc</p> <p>Sopa de cocido con fideos  <i>Chicken broth with chicken and bread pieces</i></p> <p>Cocido completo (garbanzos, hortalizas y carne) +S  <i>Cocido madrileño (chickpea-based stew)</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>
<p>11 720 Kcal 32,7 Prot 38,3 Lip 58,9 Hc</p> <p>Crema de guisantes+S  <i>Cream of peas</i></p> <p>Filete de Sajonia con zanahoria asada +S  <i>tenderlaid with carrots</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>12 679 Kcal 36,6 Prot 34,5 Lip 49 Hc</p> <p>Patatas con verduras+S  <i>Stewed potatoes with vegetables</i></p> <p>Huevos con bechamel con champiñón y virutas de pavo+S  <i>Baked eggs with turkey and mushroom</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>13 778 Kcal 38,6 Prot 38,4 Lip 68,2 Hc</p> <p>Paella+S  <i>Paella</i></p> <p>Lomo al horno con ensalada+S  <i>Tenderlaid with salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>14 706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc</p> <p>Salteado de verduras tiernas +S  <i>Sautéed from tender vegetables</i></p> <p>Pollo asado con lechuga, tomate y maiz  <i>Roasted Chicken with chips</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>15 699 Kcal 26,6 Prot 36,3 Lip 62,6 Hc</p> <p>Lentejas guisadas con verduras +S  <i>Lentil stew</i></p> <p>Salchichas con patata hervida  <i>Sausage with boiled potato</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>
<p>18 717 Kcal 39,3 Prot 32,9 Lip 65,7 Hc</p> <p>Fideuá con verduras  <i>Fideuá</i></p> <p>Pavo con ensalada +S  <i>Turkey with salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>19 706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc</p> <p>Alubias pintas con chorizo +S  <i>Beans with vegetables</i></p> <p>Tortilla de calabacín con ensalada  <i>Zucchini Omelet and salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>20 624 Kcal 36 Prot 32,8 Lip 43,8 Hc</p> <p>Crema de brócoli+S  <i>Cream of broccol</i></p> <p>Lomo de cerdo asado en salsa española con patatas +S  <i>Tenderlaid with Chips</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>21 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc</p> <p>Sopa de la marmita con fideos  <i>Chicken broth with chicken and bread pieces</i></p> <p>Segundo vuelco del cocido (garbanzos, hortalizas y carne)+S  <i>Cocido madrileño (chickpea-based stew)</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>22 748 Kcal 44,8 Prot 22,7 Lip 83,6 Hc</p> <p>Acelgas salteadas al ajoarriero+S  <i>Chard sauteed with boiled potatoes</i></p> <p>Muslitos de pollo a la cazadora con arroz integral  <i>Roasted Chicken with brown rice</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>
<p>25 617 Kcal 27,3 Prot 25,9 Lip 65 Hc</p> <p>Lentejas de la abuela+S  <i>Lentil stew</i></p> <p>Lomo al horno con guisantes+S  <i>Tenderlaid with pea</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>26 778 Kcal 38,6 Prot 38,4 Lip 68,2 Hc</p> <p>Coditos a la carbonara  <i>Pasta carbonara</i></p> <p>San Jacobo casero con ensalada+S  <i>Homemade cordon bleu with salad</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>27 681 Kcal 34,9 Prot 31,6 Lip 64 Hc</p> <p>Crema de zanahorias y puerro+S  <i>Cream of carrots</i></p> <p>Ternera estofada con patatas dado  <i>Beef ragout with potatoes</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	<p>28 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc</p> <p>Sopa de la marmita con fideos  <i>Chicken broth with chicken and bread pieces</i></p> <p>Segundo vuelco del cocido (garbanzos, hortalizas y carne)+S  <i>Cocido madrileño (chickpea-based stew)</i></p> <p>Fruta fresca y pan  <i>Fresh fruit and bread</i></p>	