

Menú Basal Marzo (March)

Alergia e intolerancia al CERDO

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>01</p> <p>NO LECTIVO NO LECTIVE</p>
04	05 679 Kcal 36,6 Prot 34,5 Lip 49 Hc	06 617 Kcal 27,3 Prot 25,9 Lip 65 Hc	07 699 Kcal 26,6 Prot 36,3 Lip 62,6 Hc	08 706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc
<p>NO LECTIVO NO LECTIVE</p>	<p>Crema de calabacín+S Cream of vegetables</p> <p>Macarrones con tomate Macaroni with tomato sauce</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Patatas con bacalao Potatoes with Cod</p> <p>Tortilla de espinacas y ensalada Spinach Omelet and salad</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Brócoli a la boloñesa +S Broccoli with bolognese sauce</p> <p>Pollo asado con patatas Roasted Chicken with chips</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Alubias blancas estofadas con verduras +S Beans with vegetables</p> <p>Ventresca de merluza al horno con arroz+S Roasted hake with rice</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>
11 720 Kcal 32,7 Prot 38,3 Lip 58,9 Hc	12 679 Kcal 36,6 Prot 34,5 Lip 49 Hc	13 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc	14 747 Kcal 30,1 Prot 33,6 Lip 73,5 Hc	15 699 Kcal 26,6 Prot 36,3 Lip 62,6 Hc
<p>Lentejas de la abuela+S Lentil stew</p> <p>Bacalao al horno con sanfaina +S Roasted cod with vegetables</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Salteado de verduras tiernas +S Sautéed from tender vegetables</p> <p>Hamburguesa maestro con chips Hamburger with cheese and chips</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Sopa de la marmita con fideos Chicken broth with chicken and bread pieces</p> <p>Segundo vuelco del cocido (garbanzos, hortalizas y carne)+S Cocido madrileño (chickpea-based stew)</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Crema de calabaza y naranja +S Pumpkin and orange cream</p> <p>Pollo a la cazadora con arroz integral Roasted Chicken with brown rice</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Patatas a la marinera Potatoes with seafood</p> <p>Huevos rellenos de atún y cama de lechuga y maíz+S Baked eggs with tuna and salad</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>
18 717 Kcal 39,3 Prot 32,9 Lip 65,7 Hc	19 706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc	20 679 Kcal 36,6 Prot 34,5 Lip 49 Hc	21 624 Kcal 36 Prot 32,8 Lip 43,8 Hc	22 748 Kcal 44,8 Prot 22,7 Lip 83,6 Hc
<p>Macarrones con queso al gratén Macaroni with gratin</p> <p>Tortilla de atún con ensalada Ham Omelette and salad</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Alubias pintas con verduras y arroz integral+S Beans with vegetables and rice</p> <p>Emperador a la vizcaina con patata hervida Monkfish in seafood sauce with boiled potato</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Sopa minestrone+S Minestrone soup</p> <p>Pollo con calabacín a la plancha +S Chicken with Zucchini</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Acelgas salteadas al ajoarriero+S Chard sautéed with boiled potatoes</p> <p>Ragout de ternera con patatas+S Beef ragout with chips</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Crema de legumbres con chorrito de oliva+S Cream of broccoli</p> <p>Merluza empanada con ensalada+S Hake pie with salad</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>
25 778 Kcal 38,6 Prot 38,4 Lip 68,2 Hc	26 749 Kcal 37,8 Prot 38,3 Lip 56,7 Hc	27 681 Kcal 34,9 Prot 31,6 Lip 64 Hc	28 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc	29 726 Kcal 37,2 Prot 36,4 Lip 56,9 Hc
<p>Coliflor con bechamel+S Cauliflower with bechamel</p> <p>Pavo al horno al horno con ensalada+S Turkey with salad</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Espaguetis a la boloñesa+S Spaguetis with tomato sauce</p> <p>Ventresca de merluza al horno con verduras+S Roasted hake with vegetables</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Crema de zanahorias +S Cream of carrots</p> <p>Tortilla española con lechuga y picadillo de tomate y maíz Potatoes omelette with salad</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Sopa de la marmita con fideos Chicken broth with chicken and bread pieces</p> <p>Segundo vuelco del cocido (garbanzos, hortalizas y carne)+S Cocido madrileño (chickpea-based stew)</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>	<p>Paella de marisco+S Paella</p> <p>Cazón en adobo con ensalada+S Roasted hake with vegetables</p> <p>Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread</p>