

Alergia e intolerancia al CERDO

Fruta fresca del mes: Manzana, Pera, Plátano, Melón y Sandía

| Lunes Monday | Martes Tuesday | Miércoles Wednesday | Jueves Thursday | Viernes Friday |
|--|---|--|--|--|
| | | | 01 676 Kcal 35,8 Prot 27,2 Lip 69,9 Hc | 02 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc |
| | | | Macarrones boloñesa Macarroni bolognese sauce Perca al horno con guisantes Baked Fish with peas Fruta fresca y pan integral Fresh fruit and Wholemeal bread | Sopa de marmita Soup with pasta Cocido completo+S chickpea-based stew Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread |
| 05 618,9 Kcal 34,5 Prot 96,9 Lip 196,2 Hc | 06 720 Kcal 3,4 Prot 41,3 Lip 96,2 Hc | 07 749 Kcal 37,8 Prot 38,3 Lip 56,7 Hc | 08 748 Kcal 44,8 Prot 22,7 Lip 83,6 Hc | 09 653,8 Kcal 44,1 Prot 116,7 Lip 334,3 Hc |
| Lentejas estofadas con verduras+S Lentil stew Huevos gratinados con tomate y guisantes Eggs au gratin with tomato, ham and peas Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Arroz tres delicias Fried rice three delights Salmón al horno con ensalada +S Salmon with salad Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Patatas estofadas con bacalao Stewed potatoes with cod Salchichas frankfurt con salsa de tomate y loncha de queso +S Sausage with tomato sauce and cheese slice Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Coliflor al horno con bechamel +S Vegetables cream Muslitos de pollo en salsa con arroz Chicken with Brown rice Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Alubias blancas estofadas con verdura+S Beans stewed with vegetables Calamares a la romana con ensalada +S Breaded squid with salad Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread |
| 12 | 13 669 Kcal 33,9 Prot 26,3 Lip 69,2 Hc | 14 706 Kcal 32 Prot 19,1 Lip 93,5 Hc | 15 642 Kcal 22,4 Prot 29,6 Lip 69,6 Hc | 16 572,3 Kcal 43,2 Prot 61,4 Lip 33,5 Hc |
| FESTIVO FESTIVE | Conchitas con salsa de tomate Macarroni with tomato sauce Merluza empanada con champiñón S Baked hake with salad Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Salteado de verduras+S sauteed vegetables Ternera a la jardinera con patatas Beef ragout with chips Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Judías pintas con verduras +S Beans stewed with vegetables Tortilla española con ensalada Spanish omelet with salad Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Crema de calabaza+S Pumpkin cream Pollo asado con zanahorias Chicken with chips Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread |
| 19 717 Kcal 39,3 Prot 32,9 Lip 65,7 Hc | 20 726 Kcal 37,2 Prot 36,4 Lip 56,9 Hc | 21 699 Kcal 26,6 Prot 36,3 Lip 62,6 Hc | 22 778 Kcal 38,6 Prot 38,4 Lip 68,2 Hc | 23 679 Kcal 36,6 Prot 34,5 Lip 49 Hc |
| Lentejas con verduras+S Lentil stew Tortilla de atún con loncha de queso Tuna omelet with cheese slice Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Salteado de verduras+S sauteed vegetables Halibut al horno con ensalada +S fish with salad Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Sopa de ave con estrellitas Soup with chopped egg and pasta Pollo en salsa con patatas fritas Roasted Chicken with chips Fruta fresca y pan integral Fresh fruit and Wholemeal bread | Judías verdes con tomate+S Green beans sautéed with tomato sauce Albóndigas a la hortelana con arroz hervido Meatballs in sauce with vegetables and boiled rice Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Paella con pollo y verduras Paella Sardinillas con base de lechuga y rodajas de tomate+S Sardines with lettuce and tomato slices Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread |
| 26 617 Kcal 27,3 Prot 25,9 Lip 65 Hc | 27 642 Kcal 22,4 Prot 29,6 Lip 69,6 Hc | 28 747 Kcal 30,1 Prot 33,6 Lip 73,5 Hc | 29 690 4 Kcal 27,7 Prot 57 Lip 35 Hc | 30 692 Kcal 37,9 Prot 27,6 Lip 67,9 Hc |
| Guisantes salteados +S Peas sauteed with ham Salchichas con patatas Grilled pork loin with chips Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Arroz con tomate Rice with tomato sauce Merluza a la andaluza con ensalada +S Fried hake with salad Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Fideuá de marisco Fideuá Seafood Huevos rellenos de atún con cama de lechuga y maíz +S Eggs stuffed with ham with a bed of lettuce and corn Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Crema de verduras +S Vegetables cream Escalope de pollo empanado con ensalada Chicken with salad Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread | Sopa de marmita Soup with pasta Cocido completo +S chickpea-based stew Fruta fresca y pan Fresh fruit and bread |