

IDENTIFICACIÓN ALÉRGENOS



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p>01</p> <p>Crema de verduras Magro de cerdo con tomate y patatas Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:452kcal/1889Kj; Gr:24g; GrSat:4g; HC:26g; Az:13g; Fib:4g; Pr:31g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>02</p> <p>Lentejas de la abuela / estofadas con chorizo Bacalao al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:361kcal/1522Kj; Gr:9g; HC:21g; Az:13g; Fib:2g; Pr:48g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>03</p> <p>Patatas a la marinera Tortilla de jamón Ensalada de lechuga, tomate y remolacha Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:417kcal/1750Kj; Gr:15g; GrSat:3g; HC:45g; Az:14g; Fib:7g; Pr:22g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>04</p> <p>Judías verdes salteadas Pollo a la plancha Arroz integral hervido /salteado con ajos Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:677kcal/2840Kj; Gr:29g; HC:51g; Az:12g; Fib:2g; Pr:52g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>
<p>07</p> <p>Parihuela de pescado Hamburguesa de pollo a la plancha Guacamole Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:507kcal/2126Kj; Gr:21g; GrSat:3g; HC:39g; Az:18g; Fib:5g; Pr:38g; Sal:5g;</p> <p>A: T: </p>	<p>08</p> <p>Potaje de garbanzos con espinacas Pavo en salsa Puré de boniato Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:559kcal/2361Kj; Gr:11g; GrSat:1g; HC:72g; Az:15g; Fib:2g; Pr:42g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>09</p> <p>Crema de calabaza Huevo con arroz a la cubana Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:621kcal/2618Kj; Gr:15g; GrSat:1g; HC:109g; Az:89g; Fib:5g; Pr:10g;</p> <p>A: T: </p>	<p>10</p> <p>Sopa de pollo con quinoa Merluza empanada casera Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:630kcal/2648Kj; Gr:22g; GrSat:1g; HC:73g; Az:13g; Fib:4g; Pr:33g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>11</p> <p>Guiso de frijoles negros con arroz Picana boliviana de ternera con patatas Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:488kcal/2056Kj; Gr:8g; GrSat:1g; HC:65g; Az:38g; Fib:16g; Pr:31g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>
<p>14</p> <p>Pasta a la boloñesa Tortilla de bonito Ensalada de lechuga y manzana Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:734kcal/3086Kj; Gr:24g; GrSat:7g; HC:91g; Az:21g; Fib:7g; Pr:35g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>15</p> <p>Alubias blancas estofadas con verduras variadas Champiñón laminado Fruta fresca Pan integral</p> <p>En:257kcal/1076Kj; Gr:11g; HC:22g; Az:15g; Fib:5g; Pr:15g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>16</p> <p>Paella mixta Fogonero en salsa Zanahorias asadas Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:648kcal/2733Kj; Gr:16g; HC:92g; Az:89g; Fib:2g; Pr:33g; Sal:6g;</p> <p>A: T: </p>	<p>17</p> <p>Duo de brócoli y coliflor salteado Cinta de lomo adobada al horno / a la plancha Patatas fritas Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:441kcal/1840Kj; Gr:25g; GrSat:2g; HC:25g; Az:15g; Fib:6g; Pr:26g; Sal:4g;</p> <p>A: T: </p>	<p>18</p> <p>Sopa de cocido completo Segundo de cocido completo Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:609kcal/2551Kj; Gr:29g; GrSat:1g; HC:43g; Az:12g; Fib:2g; Pr:43g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>
<p>21</p> <p>Lentejas estofadas con verduras variadas Cinta de lomo adobada al horno / a la plancha Ensalada de lechuga y tiras de york Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:440kcal/1848Kj; Gr:16g; GrSat:2g; HC:27g; Az:15g; Fib:4g; Pr:45g; Sal:4g;</p> <p>A: T: </p>	<p>22</p> <p>Paella de marisco Tortilla paisana Calabacín salteado Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:677kcal/2852Kj; Gr:19g; GrSat:2g; HC:101g; Az:94g; Fib:3g; Pr:24g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>23</p> <p>Pasta con tomate Salmón en salsa con guisantes Fruta fresca Pan integral</p> <p>En:805kcal/3401Kj; Gr:13g; GrSat:1g; HC:125g; Az:17g; Fib:8g; Pr:43g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>24</p> <p>Menestra de verduras / Salteado de verduras Escalope de cerdo en salsa Arroz integral hervido /salteado con ajos Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:583kcal/2461Kj; Gr:9g; HC:89g; Az:24g; Fib:11g; Pr:31g;</p> <p>A: T: </p>	<p>25</p> <p>Sopa de picadillo Pollo asado al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:588kcal/2475Kj; Gr:18g; HC:47g; Az:13g; Fib:3g; Pr:58g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>
<p>28</p> <p>Crema de zanahorias Hamburguesa de pollo a la hortelana Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:475kcal/1987Kj; Gr:23g; GrSat:2g; HC:40g; Az:19g; Fib:6g; Pr:24g; Sal:4g;</p> <p>A: T: </p>	<p>29</p> <p>Guisantes salteados con jamón Pollo a la plancha Patatas fritas Fruta fresca Pan integral</p> <p>En:528kcal/2220Kj; Gr:18g; HC:29g; Az:12g; Fib:3g; Pr:61g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>30</p> <p>Patatas estofadas a la riojana / con chorizo Limanda a la romana Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:688kcal/2864Kj; Gr:46g; GrSat:8g; HC:30g; Az:13g; Fib:5g; Pr:36g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>31</p> <p>Sopa de cocido completo Segundo de cocido completo Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:609kcal/2551Kj; Gr:29g; GrSat:1g; HC:43g; Az:12g; Fib:2g; Pr:43g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	