

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>02</p> <p>09</p> <p>Pasta con tomate Merluza empanada Ensalada de lechuga y aceitunas Natillas Pan integral</p> <p>En:964kcal/4058Kj; Gr:28g; GrSat:4g; HC:143g; Az:20g; Fib:8g; Pr:31g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>03</p> <p>10</p> <p>Alubias blancas estofadas solo con verduras variadas Tortilla española de patatas Champiñón laminado Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:893kcal/3717Kj; Gr:61g; GrSat:2g; HC:31g; Az:16g; Fib:4g; Pr:53g; Sal:1g; A: T: </p>	<p>04</p> <p>11</p> <p>Ensalada campera Albóndigas de ternera caseras a la hortelana Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:532kcal/2234Kj; Gr:20g; GrSat:5g; HC:55g; Az:18g; Fib:4g; Pr:31g; Sal:1g; A: T: </p>	<p>05</p> <p>12</p> <p>Arroz con pollo y verduras Filetes de caballa en aceite Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:816kcal/3442Kj; Gr:20g; GrSat:2g; HC:127g; Az:95g; Fib:2g; Pr:31g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>06</p> <p>13</p> <p>Judías verdes con tomate Pollo asado al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Helado de sabores Pan blanco</p> <p>En:479kcal/2004Kj; Gr:25g; HC:14g; Az:6g; Fib:1g; Pr:49g; Sal:3g; A: T: </p>
<p>16</p> <p>Lentejas estofadas solo con verduras variadas Huevos revueltos con pavo Ensalada de lechuga y queso Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:407kcal/1709Kj; Gr:15g; GrSat:2g; HC:27g; Az:15g; Fib:4g; Pr:39g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>17</p> <p>Ensalada de pasta con atún y maíz Bacalao a la vizcaina Yogur Pan blanco</p> <p>En:654kcal/2716Kj; Gr:12g; GrSat:2g; HC:97g; Az:28g; Fib:3g; Pr:38g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>18</p> <p>Arroz tres delicias halal Hamburguesa de pollo con salsa de tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Pan integral</p> <p>En:683kcal/2883Kj; Gr:15g; GrSat:2g; HC:110g; Az:107g; Fib:2g; Pr:26g; Sal:5g; A: T: </p>	<p>19</p> <p>Crema de calabacín Ragout de pollo a la hortelana Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:187194kcal/786704Kj; Gr:6374g; GrSat:401g; HC:7973g; Az:2355g; Fib:1806g; Pr:23581g; Sal:1589g; A: T: </p>	<p>20</p> <p>Garbanzos guisados solo con verduras variadas Bacaladillas a la andaluza Ensalada de lechuga y manzana Gelatina de frutas Pan blanco</p> <p>En:482kcal/2017Kj; Gr:24g; GrSat:1g; HC:28g; Az:14g; Fib:3g; Pr:37g; A: T: </p>
<p>23</p> <p>Arroz con tomate y salchichas Tortilla de espinacas Ensalada de lechuga y queso Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:706kcal/2977Kj; Gr:18g; GrSat:2g; HC:113g; Az:110g; Fib:2g; Pr:22g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>24</p> <p>Alubias blancas estofadas solo con verduras variadas Merluza en salsa con patata hervida Yogur Pan integral</p> <p>En:760kcal/3166Kj; Gr:50g; GrSat:2g; HC:42g; Az:29g; Fib:3g; Pr:34g; A: T: </p>	<p>25</p> <p>Fideuá de marisco Hamburguesa de vacuno a la hortelana Guisantes salteados Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:730kcal/3069Kj; Gr:24g; GrSat:2g; HC:83g; Az:19g; Fib:7g; Pr:42g; Sal:5g; A: T: </p>	<p>26</p> <p>Crema de brócoli Filete de pollo empanado casero Ensalada de lechuga y aceitunas Helado de sabores Pan blanco</p> <p>En:513kcal/2144Kj; Gr:27g; GrSat:1g; HC:39g; Az:7g; Fib:5g; Pr:26g; Sal:1g; A: T: </p>	<p>27</p> <p>Sopa de cocido halal Segundo de cocido completo halal Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:552kcal/2315Kj; Gr:24g; HC:45g; Az:12g; Fib:2g; Pr:38g; A: T: </p>
<p>30</p> <p>Pasta con atún Pavo en salsa con zanahoria Fruta fresca Pan integral</p> <p>En:683kcal/2891Kj; Gr:7g; HC:112g; Az:16g; Fib:6g; Pr:40g; Sal:3g; A: T: </p>				

Este menú contiene alérgenos, en caso de necesitar mayor información sobre los ingredientes y platos suministrados puede contactar con Colectividades M. Maestro S.L. en nutricon@grupomaestro.es

IDENTIFICACIÓN ALÉRGENOS



GLUTEN CRUSTÁCEOS HUEVOS PESCADO CACAHUETE SOJA LÁCTEOS F.CÁSCARA APIO MOSTAZA SÉSAMO SULFITOS ALTRAMUZ MOLUSCOS

A: Alérgenos T: Trazas de alérgenos

Fruta fresca del mes: manzana, pera, plátano, melón y sandía