

IDENTIFICACIÓN ALÉRGENOS



GLUTEN CRUSTÁCEOS HUEVOS PESCADO CACAHUETE SOJA LÁCTEOS F.CÁSCARA APIO MOSTAZA SÉSAMO SULFITOS ALTRAMUZ MOLUSCOS
A: Alérgenos T: Trazas de alérgenos

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				01 Festivo
<p>04</p> <p>Arroz a la milanesa Salchichas frankfurt de ave con tomate Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Pan integral</p> <p>En:633kcal/2678Kj; Gr:9g; GrSat:2g; HC:117g; Az:94g; Fib:2g; Pr:20g; Sal:4g;</p> <p>A: T: </p>	<p>05</p> <p>Menestra de verduras / Salteado de verduras Carcamusca castellana con patatas dado Yogur Pan blanco</p> <p>En:577kcal/2421Kj; Gr:21g; GrSat:6g; HC:52g; Az:36g; Fib:10g; Pr:40g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>06</p> <p>Alubias pintas estofadas con chorizo Escalope de cerdo en salsa con zanahorias Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:710kcal/2983Kj; Gr:18g; GrSat:3g; HC:72g; Az:16g; Fib:24g; Pr:53g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>07</p> <p>Pasta salteadas con verduras al estilo wok Huevos gratinados con pavo y guisantes Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:589kcal/2472Kj; Gr:23g; GrSat:4g; HC:65g; Az:16g; Fib:5g; Pr:28g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>08</p> <p>Crema de puerros, repollo y zanahorias Pollo Asado al Horno con Patatas Natillas Pan blanco</p> <p>En:640kcal/2688Kj; Gr:24g; GrSat:2g; HC:50g; Az:16g; Fib:4g; Pr:54g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>
<p>11</p> <p>Lentejas de la abuela / estofadas con chorizo Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Yogur Pan blanco</p> <p>En:600kcal/2514Kj; Gr:28g; GrSat:5g; HC:35g; Az:26g; Fib:2g; Pr:51g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>12</p> <p>Crema de calabacín Hamburguesa de vacuno en salsa española Loncha de queso Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:486kcal/2035Kj; Gr:22g; GrSat:6g; HC:45g; Az:19g; Fib:6g; Pr:24g; Sal:4g;</p> <p>A: T: </p>	<p>13</p> <p>Patatas estofadas con magro Escalope de cerdo en salsa Ensalada de lechuga y zanahoria Natillas de chocolate Pan integral</p> <p>En:543kcal/2290Kj; Gr:13g; GrSat:3g; HC:66g; Az:25g; Fib:3g; Pr:39g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>14</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>15</p> <p>Coliflor con bechamel y picadillo de jamón Pollo al ajillo con patata panadera Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:372kcal/1561Kj; Gr:12g; GrSat:1g; HC:28g; Az:17g; Fib:10g; Pr:33g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>
<p>18</p> <p>Judías verdes con tomate Sajonia al horno Patata hervida Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:447kcal/1867Kj; Gr:25g; GrSat:1g; HC:20g; Az:12g; Fib:3g; Pr:34g; Sal:4g;</p> <p>A: T: </p>	<p>19</p> <p>Arroz campero Hamburguesa de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Gelatina de frutas Pan integral</p> <p>En:710kcal/2992Kj; Gr:20g; GrSat:3g; HC:94g; Az:90g; Fib:1g; Pr:38g; Sal:6g;</p> <p>A: T: </p>	<p>20</p> <p>Alubias blancas estofadas con verduras variadas Huevos revueltos con pavo Rodajas de tomate Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:335kcal/1403Kj; Gr:15g; GrSat:2g; HC:22g; Az:15g; Fib:4g; Pr:26g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>21</p> <p>Crema de calabaza Pollo en pepitoria Arroz hervido /salteado con ajos Fruta fresca y vaso de leche Pan blanco</p> <p>En:745kcal/3130Kj; Gr:27g; GrSat:3g; HC:84g; Az:59g; Fib:5g; Pr:39g;</p> <p>A: T: </p>	<p>22</p> <p>Pasta a la boloñesa Cinta de lomo adobada al horno / a la plancha Zanahorias asadas Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:656kcal/2749Kj; Gr:30g; GrSat:5g; HC:67g; Az:14g; Fib:3g; Pr:28g; Sal:6g;</p> <p>A: T: </p>
<p>25</p> <p>Lentejas estofadas con verduras variadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y tiras de york Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:385kcal/1618Kj; Gr:13g; GrSat:2g; HC:29g; Az:15g; Fib:4g; Pr:36g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>26</p> <p>Espinacas salteadas / ajoarriero Albóndigas a la hortelana con patatas Yogur Pan blanco</p> <p>En:586kcal/2444Kj; Gr:36g; GrSat:8g; HC:39g; Az:28g; Fib:3g; Pr:25g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>27</p> <p>Arroz con pollo y verduras Salchichas frankfurt de ave con tomate Fruta fresca Pan blanco</p> <p>En:595kcal/2519Kj; Gr:7g; HC:112g; Az:95g; Fib:2g; Pr:20g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>28</p> <p>Crema de brócoli Hamburguesa de pollo a la hortelana Batido de chocolate Pan integral</p> <p>En:574kcal/2409Kj; Gr:22g; GrSat:3g; HC:63g; Az:39g; Fib:6g; Pr:28g; Sal:4g;</p> <p>A: T: </p>	<p>29</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>