

IDENTIFICACIÓN ALÉRGENOS



| Lunes   |  | Martes  | Miércoles  | Jueves   | Viernes  |  |
|---|--|---|--|--|--|--|
| <b>06 Festivo</b>   |  | <b>07 Festivo</b>   |  | <b>01 Festivo</b>  | <b>02 Festivo</b>  |  |
|   |  |   |  | <b>08</b><br>Lentejas estofadas con verduras variadas<br>Dados de bacalao rebozados a la madrileña<br>Guisantes salteados<br>Natillas<br>Pan blanco<br>En:859kcal/3593Kj; Gr:45g; GrSat:5g; HC:65g; Az:19g;<br>Fib:3g; Pr:47g; Sal:2g;<br>A:  T: | <b>09</b><br>Menestra de verduras / Salteado de verduras<br>Pollo Asado al Horno con Patatas<br>Fruta fresca<br>Pan blanco<br>En:614kcal/2581Kj; Gr:18g; HC:54g; Az:23g; Fib:12g; Pr:53g;<br>Sal:1g;<br>A:  T: | <b>10</b><br>Pasta con tomate y tiras de pavo<br>Tortilla de calabacín y queso<br>Ensalada de lechuga aceitunas y maíz<br>Fruta fresca<br>Pan integral<br>En:742kcal/3133Kj; Gr:14g; GrSat:2g; HC:121g; Az:15g; Fib:6g;<br>Pr:30g; Sal:2g;<br>A:  T: |
| <b>13</b><br>Arroz con tomate y salchichas<br>Merluza en salsa verde<br>Fruta fresca<br>Pan blanco<br>En:687kcal/2904Kj; Gr:11g; GrSat:1g; HC:116g; Az:113g;<br>Fib:4g; Pr:29g; Sal:2g;<br>A:  T:                                 | <b>14</b><br>Alubias blancas estofadas con verduras variadas<br>Huevos cocidos con tomate y atún<br>Ensalada de lechuga y maíz<br>Fruta fresca<br>Pan integral<br>En:482kcal/2039Kj; Gr:6g; HC:68g; Az:15g; Fib:4g; Pr:37g;<br>Sal:2g;<br>A:  T: | <b>15</b><br>Coliflor salteada / ajoarriero<br>Ragout de ternera a la hortelana / con verduras<br>Arroz hervido /salteado con ajos<br>Yogur<br>Pan blanco<br>En:647kcal/2721Kj; Gr:19g; GrSat:4g; HC:75g; Az:70g; Fib:10g;<br>Pr:39g; Sal:2g;<br>A:  T: | <b>16</b><br>Fideuá de marisco<br>Pollo a la plancha<br>Ensalada Mixta<br>Fruta fresca<br>Pan blanco<br>En:792kcal/3341Kj; Gr:18g; GrSat:1g; HC:87g; Az:16g; Fib:5g;<br>Pr:68g; Sal:2g;<br>A:  T:              | <b>17</b><br>Sopa de cocido halal<br>Segundo de cocido completo halal<br>Fruta fresca<br>Pan blanco<br>En:552kcal/2315Kj; Gr:24g; HC:45g; Az:12g; Fib:2g; Pr:38g;<br>Sal:2g;<br>A:  T:   |  |  |
| <b>20</b><br>Lentejas estofadas con verduras variadas<br>Salchichas frankfurt de ave con tomate<br>Patata hervida<br>Fruta fresca<br>Pan blanco<br>En:403kcal/1699Kj; Gr:9g; HC:45g; Az:15g; Fib:5g; Pr:33g;<br>Sal:2g;<br>A:  T: | <b>21</b><br>Arroz con pollo y verduras<br>Fogonero en salsa<br>Ensalada de lechuga y aceitunas<br>Gelatina de frutas<br>Pan blanco<br>En:621kcal/2622Kj; Gr:13g; HC:93g; Az:89g; Fib:2g; Pr:32g;<br>Sal:5g;<br>A:  T:                           | <b>22</b><br>Crema de brócoli<br>Pollo al ajillo con patata fritas<br>Fruta fresca<br>Pan blanco<br>En:441kcal/1852Kj; Gr:15g; HC:42g; Az:13g; Fib:7g; Pr:31g;<br>Sal:1g;<br>A:  T:   | <b>23</b><br>Pasta a la boloñesa halal<br>Tortilla de espinacas<br>Ensalada Mixta<br>Fruta fresca<br>Pan integral<br>En:723kcal/3041Kj; Gr:23g; GrSat:5g; HC:90g; Az:19g;<br>Fib:6g; Pr:36g; Sal:5g;<br>A:  T: | <b>24</b><br>Garbanzos a la marinera<br>Filete ruso de vacuno en salsa<br>Loncha de queso<br>Fruta fresca<br>Pan blanco<br>En:527kcal/2204Kj; Gr:27g; GrSat:3g; HC:30g; Az:16g; Fib:4g;<br>Pr:39g; Sal:4g;<br>A:  T:                             |  |  |
| <b>27</b><br>Judías verdes con tomate<br>Pavo a la plancha<br>Patata panadera<br>Fruta fresca<br>Pan blanco<br>En:563kcal/2355Kj; Gr:29g; HC:24g; Az:13g; Fib:3g; Pr:50g;<br>Sal:1g;<br>A:  T:                                    | <b>28</b><br>Patatas con bacalao<br>Huevos revueltos<br>Rodajas de tomate<br>Fruta fresca<br>Pan blanco<br>En:349kcal/1462Kj; Gr:15g; GrSat:3g; HC:31g; Az:13g;<br>Fib:5g; Pr:20g; Sal:1g;<br>A:  T:   | <b>29</b><br>Pasta salteadas con verduras al estilo wok<br>Pollo en salsa con guisantes<br>Fruta fresca y vaso de leche<br>Pan integral<br>En:613kcal/2583Kj; Gr:15g; GrSat:2g; HC:79g; Az:26g; Fib:7g;<br>Pr:37g; Sal:3g;<br>A:  T:                    | <b>30</b><br>Sopa de ave con pasta<br>Segundo de cocido completo halal<br>Fruta fresca<br>Pan blanco<br>En:502kcal/2107Kj; Gr:20g; HC:49g; Az:13g; Fib:3g; Pr:30g;<br>Sal:1g;<br>A:  T:                        | <b>31</b><br>Arroz a la milanesa halal<br>Palometa en adobo casero<br>Pisto<br>Fruta fresca<br>Pan blanco<br>En:817kcal/3443Kj; Gr:21g; GrSat:2g; HC:121g; Az:117g;<br>Fib:6g; Pr:33g; Sal:2g;<br>A:  T:   |  |  |