

IDENTIFICACIÓN ALÉRGENOS



A: Alérgenos T: Trazas de alérgenos

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>03</p> <p>Lentejas estofadas con verduras variadas</p> <p>Bacaladillas a la andaluza</p> <p>Ensalada de lechuga y queso</p> <p>Gelatina de frutas</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:444kcal/1863Kj; Gr:18g; GrSat:1g; HC:23g; Az:9g; Fib:3g; Pr:46g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>04</p> <p>Arroz tres delicias</p> <p>pollo con tomate</p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan integral</p> <p>En:733kcal/3095Kj; Gr:15g; HC:117g; Az:105g; Fib:3g; Pr:31g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>05</p> <p>Crema de zanahorias</p> <p>Tortilla de bonito</p> <p>Ensalada de lechuga y maiz</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:552kcal/2316Kj; Gr:22g; GrSat:2g; HC:63g; Az:13g; Fib:5g; Pr:23g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>06</p> <p>Menestra de verduras / Salteado de verduras</p> <p>Pollo al curry</p> <p>Arroz hervido /salteado con ajos</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:645kcal/2717Kj; Gr:15g; GrSat:1g; HC:84g; Az:62g; Fib:11g; Pr:38g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>07</p> <p>Sopa de cocido halal</p> <p>Segundo de cocido completo halal</p> <p>Yogur</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:662kcal/2778Kj; Gr:28g; GrSat:2g; HC:58g; Az:25g; Fib:1g; Pr:44g;</p> <p>A: T: </p>
<p>10</p> <p>Pasta con tomate</p> <p>Filetes de caballa en aceite</p> <p>Ensalada de lechuga y manzana</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan integral</p> <p>En:821kcal/3459Kj; Gr:21g; GrSat:3g; HC:120g; Az:21g; Fib:8g; Pr:34g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>11</p> <p>Alubias blancas estofadas con verduras variadas</p> <p>Tortilla española de patatas</p> <p>Loncha de queso</p> <p>Natillas</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:494kcal/2068Kj; Gr:24g; GrSat:6g; HC:34g; Az:18g; Fib:3g; Pr:34g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>12</p> <p>Paella de marisco</p> <p>Pollo asado al horno</p> <p>Zanahorias asadas</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:834kcal/3516Kj; Gr:22g; HC:102g; Az:91g; Fib:2g; Pr:56g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>13</p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Merluza empanada casera</p> <p>Ensalada Mixta</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:525kcal/2195Kj; Gr:27g; GrSat:2g; HC:40g; Az:14g; Fib:5g; Pr:28g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>14</p> <p>Judías verdes salteadas</p> <p>Filete ruso de vacuno en salsa</p> <p>Arroz hervido /salteado con ajos</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:591kcal/2474Kj; Gr:29g; GrSat:1g; HC:58g; Az:52g; Fib:3g; Pr:23g; Sal:4g;</p> <p>A: T: </p>
<p>17</p> <p>Duo de brócoli y coliflor con bechamel</p> <p>Hamburguesa de pollo a la hortelana</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:444kcal/1854Kj; Gr:24g; GrSat:4g; HC:28g; Az:22g; Fib:6g; Pr:26g; Sal:5g;</p> <p>A: T: </p>	<p>18</p> <p>Patatas con bacalao</p> <p>Huevos revueltos con pavo</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Yogur</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:450kcal/1888Kj; Gr:18g; GrSat:4g; HC:44g; Az:26g; Fib:4g; Pr:26g; Sal:3g;</p> <p>A: T: </p>	<p>19</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Jamonicitos pollo en salsa con champiñón.</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan integral</p> <p>En:490kcal/2069Kj; Gr:10g; HC:70g; Az:62g; Fib:2g; Pr:29g;</p> <p>A: T: </p>	<p>20</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Palometa en adobo casero</p> <p>Ensalada de lechuga aceitunas y maiz</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:622kcal/2610Kj; Gr:24g; GrSat:2g; HC:66g; Az:15g; Fib:7g; Pr:32g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>21</p> <p>Sopa de cocido halal</p> <p>Segundo de cocido completo halal</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:552kcal/2315Kj; Gr:24g; HC:45g; Az:12g; Fib:2g; Pr:38g;</p> <p>A: T: </p>
<p>24</p> <p>Lentejas estofadas con verduras variadas</p> <p>Croquetas de pollo</p> <p>Ensalada de lechuga y aceitunas</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan integral</p> <p>En:564kcal/2363Kj; Gr:24g; GrSat:1g; HC:52g; Az:25g; Fib:8g; Pr:31g; Sal:1g;</p> <p>A: T: </p>	<p>25</p> <p>Pasta con tomate</p> <p>Salmón al horno con zanahoria</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan blanco</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>26</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Pavo en salsa</p> <p>Patata panadera</p> <p>Yogur</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:574kcal/2410Kj; Gr:22g; GrSat:2g; HC:64g; Az:28g; Fib:4g; Pr:28g;</p> <p>A: T: </p>	<p>27</p> <p>Sopa Juliana con pasta</p> <p>Albóndigas de ternera caseras a la hortelana</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Pan blanco</p> <p>En:415kcal/1738Kj; Gr:19g; GrSat:4g; HC:34g; Az:16g; Fib:4g; Pr:25g; Sal:2g;</p> <p>A: T: </p>	<p>28</p> <p>Festivo</p>