

# MENÚ ENERO 2021



LUNES

11

Lentejas con verduritas naturales			
Lomo Sajonia con puré de patatas			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
666	35	23	84

MARTES

12

Tallarines con tomate y queso crema			
Filete de merluza en tempura con ensalada mixta			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
653	33	13	102

MIÉRCOLES

13

Crema de calabacín			
Pollo asado con patatas al horno			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
612	33	27	62

JUEVES

14

Arroz a la cubana con huevo frito			
Ventresca de bacalao con ensalada mixta			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
657	30	15	100

VIERNES

15

Judías verdes salteadas			
Albóndigas de ternera a la jardinera			
Yogur			
Kcal	Prot	Lip	HC
602	21	23	81

18

Macarrones con tacos de salchichas de pavo			
Salmón en papillote			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
610	32	19	76

19

Coliflor gratinada			
Revuelto de huevo con ensalada mixta			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
600	28	21	78

20

Guiso de garbanzos			
Pescadilla romana con ensalada mixta			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
646	36	18	89

21

Crema de verduras y hortalizas			
Lardones de pollo al limón con patatas			
Yogur			
Kcal	Prot	Lip	HC
600	33	21	68

22

Fideua con verduritas			
Hamburguesa de ternera con rodaja de tomate natural			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
758	14	30	96

25

Crema de calabaza			
Tortilla de jamo york con ensalada mixta			
Yogur			
Kcal	Prot	Lip	HC
601	28	19	79

26

Fabada asturiana			
Cachelos de merluza con ensalada mixta			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
626	39	24	65

27

Menestra de verduras salteada			
Carne asada en su jugo con pure de Patatas			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
600	30	23	73

28

Sopa de arroz con picadillo de morcillo			
Rape en salsa con zanahorias			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
604	32	27	60

29

Coditos con tomate			
Delicias de pollo con ensalada mixta			
Fruta de temporada			
Kcal	Prot	Lip	HC
707	27	29	85

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO y la bebida es AGUA.