

Enero 2024

CBASAL: BASAL

INFANTIL / COMIDA / INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8 KCal. 829 H.C. 138 Lip. 25 P. 22 ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido) VARITAS DE MERLUZA(3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	9 KCal. 564 H.C. 60 Lip. 30 P. 14 SOPA DE PICADILLO CON GARBANZOS,garbanzos,pasta,pollo y zanahoria TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (huevo con patata y cebolla) • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	10 KCal. 617 H.C. 75 Lip. 28 P. 21 HERVIDO VALENCIANO FRICANDO DE POLLO (contramuslo,cebolla,tomate,patata) • Guarnición: ENSALADA CON PEPINO FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)	11 KCal. 845 H.C. 96 Lip. 39 P. 32 ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y QUESO MERLUZA HORNO EN SALSA VERDE • Guarnición: ENSALADA CON PIMIENTO YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	12 KCal. 765 H.C. 71 Lip. 41 P. 31 LENTEJAS CASERAS CON ZANAHORIA ECOLOGICA (con cebolla,tomate y zanahoria) 3 ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSA RUBIA con cebolla, zanahoria y champiñón • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA ECOLOGICA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)
15 KCal. 661 H.C. 61 Lip. 39 P. 21 PURE VERDURAS Y HORTALIZAS (con zanahoria, cebolla y espinacas) HAMBURGUESA DE TERNERA Y CERDO EN SALSA DE CEBOLLA • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	16 KCal. 704 H.C. 100 Lip. 27 P. 21 ARROZ REQUENENSE (con garbanzos, chorizo y morcilla) ENSALADA COMPLETA (lechuga,tomate,atún,huevo,aceitunas) FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	17 KCal. 948 H.C. 106 Lip. 47 P. 27 ALUBIAS JARDINERA con guisante,judía,zanahoria,cebolla SAN JACOBO • Guarnición: ENSALADA CON PEPINO FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)	18 KCal. 785 H.C. 88 Lip. 32 P. 41 ESPIRALES INTEGRALES BOLOÑESA(magro cerdo picado,zanahoria,cebolla,tomate) ABADEJO EN SALSA MERY • Guarnición: ENSALADA CON PIMIENTO YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	19 KCal. 711 H.C. 74 Lip. 36 P. 27 LENTEJAS A LA JARDINERA (guisantes,judías,zanahoria,tomate,cebolla) TORTILLA FRANCESA CON FIAMBRE DE PAVO • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)
22 KCal. 585 H.C. 63 Lip. 28 P. 23 GUISADO DE VERDURAS CON CALABACIN ECOLÓGICO ALAS DE POLLO A LA BARBACOA (3UN) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	23 KCal. 737 H.C. 105 Lip. 26 P. 28 ARROZ A LA CAZUELA con alubias,tomate,cabezada cerdo,morcilla,zanahoria ENSALADA COMPLETA (lechuga,tomate,atún,huevo,aceitunas) FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	24 KCal. 696 H.C. 78 Lip. 31 P. 31 POTAJE DE GARBANZOS CON CEBOLLA ECOLOGICA (cebolla,tomate,espinacas,zanahoria) MERLUZA HORNO EN SALSA VERDE • Guarnición: ENSALADA CON PEPINO FRUTA ECOLOGICA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)	25 KCal. 814 H.C. 116 Lip. 30 P. 23 CARACOLILLOS CON PROVENZAL(tomate,cebolla,hierbas aromaticas) HUEVOS CON BECHAMEL(3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON PIMIENTO YOGUR NATURAL AZUCARADO PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	26 KCal. 639 H.C. 61 Lip. 31 P. 32 ALUBIAS ESTOFADAS EN PURE 2LONGANIZAS C/VERDURAS(judía verde,judía amarilla,berenjena) • Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)
29 KCal. 642 H.C. 80 Lip. 25 P. 27 LENTEJAS CON CALABAZA ECOLÓGICA CROQUETAS DE BACALAO(3xrac.) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	30 KCal. 690 H.C. 75 Lip. 36 P. 17 SOPA DE PESCADO TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA GUAR. QUESO (huevo con patata y cebolla) • Guarnición: ENSALADA CON COL FRUTA PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)	31 KCal. 779 H.C. 95 Lip. 30 P. 34 GARBANZOS CASEROS(con cebolla,tomate,espinaca y zanahoria) LOMO ASADO EN SALSA AGRIDULCE • Guarnición: ENSALADA CON PEPINO FRUTA PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)		