

MENÚ DEL MES DE JULIO DE 2022



alamy stock photo

VIERNES 1				
Coditos con salchichas y tomate Tortilla de atún con ensalada de lechuga y zanahoria				
Pan, agua y helado/ Fruta <small>788Kcal 97g HC 40g P 31g L</small>				
VIERNES 8				
Judías blancas con butifarra Limanda con ensalada de lechuga y brotes de soja				
Pan, agua y Natillas de chocolate/ Fruta <small>799Kcal 94g HC 46g P 30g L</small>				
VIERNES 15				
Crema de calabaza y zanahoria Sepia de calamar con ensalada de lechuga y tomate				
Pan, agua y Yogur/ Fruta <small>623Kcal 83g HC 27g P 14g L</small>				
VIERNES 22				
Pasta oriental Salmón con ensalada de lechuga y brotes de soja				
Pan, agua y Yogur/ Fruta <small>660Kcal 81g HC 38g P 20g L</small>				
VIERNES 29				
Alubias pintas estofadas Rabas con ensalada de lechuga y maíz				
Pan, agua y Helado/ Fruta <small>773Kcal 128g HC 38g P 16g L</small>				

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7
Crema de brócoli Filete de lomo a la plancha con aros de cebolla	Ensaladilla rusa Bacalao con ensalada de lechuga y maíz	Sopa de estrellitas Tortilla de jamón con ensalada de lechuga y zanahoria	Puré de verduras Albóndigas con patatas
Pan, agua y Fruta <small>637Kcal 80g HC 32g P 20g L</small>	Pan, agua y Yogur/ Fruta <small>716Kcal 76g HC 28g P 31g L</small>	Pan, agua y Fruta <small>603Kcal 74g HC 19g P 12g L</small>	Pan, agua y Fruta <small>789Kcal 107g HC 26g P 30g L</small>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14
Tallarines carbonara San Jacobo con ensalada de lechuga y maíz	Crema de calabacín Merluza a la plancha con patata panadera	Arroz Murciano Huevos Villaroy con ensalada de lechuga y zanahoria	Sopa de cocido Pollo empanado con tomate aliñado
Pan, agua y Fruta <small>787Kcal 88g HC 23g P 33g L</small>	Pan, agua y Petit Suisse/ Fruta <small>632Kcal 57g HC 30g P 17g L</small>	Pan, agua y Fruta <small>745Kcal 85g HC 20g P 35g L</small>	Pan, agua y Fruta <small>655Kcal 88g HC 60g P 44g L</small>
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21
Vichyssoise Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria	Lentejas con chorizo Gallo San Pedro con ensalada de lechuga y tomate	Puré de calabaza Filete de ternera a la plancha con patatas	Sopa Filete de lomo plancha con champiñones rehogados
Pan, agua y Fruta <small>763Kcal 77g HC 20g P 23g L</small>	Pan, agua y Helado/ Fruta <small>729Kcal 99g HC 52g P 19g L</small>	Pan, agua y Fruta <small>604Kcal 67g HC 34g P 20g L</small>	Pan, agua y Fruta <small>613Kcal 67g HC 33g P 6g L</small>
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28
FESTIVO	Arroz con tomate Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y zanahoria	Puré de verduras Filete de pollo a la plancha con patatas fritas	Ensalada de pasta con espirales Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y brotes de soja
	Pan, agua y Yogur/ Fruta <small>607Kcal 118g HC 19g P 7g L</small>	Pan, agua y Fruta <small>622Kcal 80g HC 26g P 13g L</small>	Pan, agua y Fruta <small>648Kcal 92g HC 20g P 22g L</small>

MENÚ BASAL SEGÚN NORMATIVA UE 1169/2011, SE REALIZAN ADAPTACIONES A DIETAS ESPECIALES.