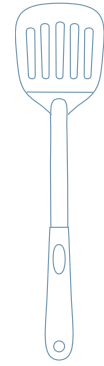


NOVIEMBRE 2021



FESTIVO

CREMA DE CALABAZA 8
FILETE DE BACALAO AL HORNO
CON VERDURA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL-AGUA

700 Kcal 33.6g Prot 84.9g Hc 18g grasas

ARROZ TRES DELICIAS 15
DADITOS DE CAELLA EN ADOBO
ZANAHORIA Y PEPINO ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL-AGUA

761 Kcal 30.1g Prot 101.3g Hc 21.3g grasas

FIDEUÁ DE ATÚN 22
REVUELTO CON JUDIAS VERDES
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL-AGUA

732 Kcal 28.6g Prot 89.2g Hc 23.7g grasas

ARROZ TRES DELICIAS 29
MERLUZA AL LIMÓN FRITA
ALIÑO DE ZANAHORIA Y PEPINO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN INTEGRAL-AGUA

790 Kcal 29.8g Prot 103.3g Hc 24g grasas

ARROZ CON TOMATE 2
JAMONCITOS DE POLLO
ENSALADA MIXTA
YOGURT DE SABORES
PAN-AGUA

759 Kcal 25.3g Prot 94.5g Hc 24.4g grasas

CUSCUS CON VERDURAS 9
ALBÓNDIGAS DE TERNERA
CON PATATAS DADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN-AGUA

783 Kcal 38.9.5g Prot 96.8g Hc 21.6g grasas

LENTEJAS CON ARROZ 16
TORTILLA FRANCESA
PICADILLO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN-AGUA

794 Kcal 32.3g Prot 101.9g Hc 21.1g grasas

MACARRONES ACEITE Y QUESO 23
POLVO
CHOCO FRITO/ENSALADA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN-AGUA

717 Kcal 31.6g Prot 90.5g Hc 20.1g grasas

CREMA DE VERDURAS 30
FAJITAS DE POLLO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN-AGUA

700 Kcal 29.4g Prot 90.1g Hc 19.4g grasas

SOPA DE AVE CON FIDEOS 3
ABADEJO CON ARROZ PILAF
FRUTA DE TEMPORADA
PAN-AGUA

766 Kcal 29g Prot 106.2g Hc 21g grasas

MACARRONES ACEITE Y AJO 10
DADOS DE POLLO EN PEPITORIA
ZANAHORIA Y PEPINO ALIÑADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN-AGUA

855 Kcal 36.9g Prot 105g Hc 25.5g grasas

SOPA MARAVILLA. 17
MINI HAMBURGUESAS
CON PATATAS AL HORNO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN-AGUA

793 Kcal 37.2g Prot 95.8g Hc 23.9g grasas

COCIDO DE GARBANZOS 24
TORTILLA FRANCESA
BROCOLI SALTEADO
FRUTA DE TEMPORADA
PAN-AGUA

792 Kcal 33.3g Prot 96.6g Hc 22.8g grasas

SALIDA AL CAMPO

COCIDO DE ALUBIAS 11
CAELLA EN ADOBO
ENSALADA MIXTA
YOGURT DE SABORES
PAN INTEGRAL-AGUA

866Kcal 39.6g Prot 107.9g Hc 22.2g grasas

PATATAS GUISADAS 18
FILETES DE MERLUZA AL HORNO
CON ARROZ PILAF
YOGURT DE SABORES
PAN INTEGRAL-AGUA

721 Kcal 27.9g Prot 93.2g Hc 19.7g grasas

SOPA DE AVE CON FIDEOS 25
HAMBURGUESA DE TERNERA
PATATAS BASTÓN
YOGURT DE SABORES
PAN INTEGRAL-AGUA

876 Kcal 43.1g Prot 107.5g Hc 23.2g grasas

LASAÑA DE TERNERA 5
TEMPURA DE VERDURAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN-AGUA

869 Kcal 38.1g Prot 105Hc 27.7g grasas

ARROZ CON POLLO 12
MENESTRA DE VERDURAS
FRUTA DE TEMPORADA
PAN-AGUA

790 Kcal 31.7g Prot 110g Hc 18.6g grasas

ESPIRALES CON TOMATE 19
HUEVOS REVUELTOS CON YORK
ENSALDA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA
PAN-AGUA

818 Kcal 31.5g Prot 100.4 Hc 22.3g grasas

PISTO 26
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
CON TIBURONES
FRUTA DE TEMPORADA
PAN-AGUA

717 Kcal 31.6g Prot 90.5g Hc 20.1g grasas

