

Menú de: FEBRERO 2024 Nido

Lunes



5 Kcal 699 HC 110 Lip 18 Prot 25

Fusilli al pomodoro
Buñuelos de bacalao

Fruta de temporada

12 Kcal 575 HC 85 Lip 19 Prot 16

Puré de judías verdes y zanahoria
Macarrones con boloñesa

Yogur natural

19 Kcal 730 HC 94 Lip 27 Prot 27

Lentejas guisadas a la hortelana
Tortilla de patata

Fruta de temporada

26 Kcal 745 HC 70 Lip 37 Prot 33

Crema de brócoli
Albóndigas de cerdo con salsa
Patatas fritas crujientes
Yogur

Martes



6 Kcal 652 HC 77 Lip 26 Prot 35

Lentejas guisadas con chorizo
Huevos revueltos con jamón de york

Fruta de temporada

13 Kcal 521 HC 65 Lip 17 Prot 27

Sopa de caracolas
Cinta de lomo adobada a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

20 Kcal 594 HC 89 Lip 26 Prot 15

Arroz blanco con tomate frito
Hamburguesa mixta a la plancha

Fruta de temporada

27 Kcal 507 HC 65 Lip 19 Prot 19

Sopa maravilla
Huevos revueltos con jamón york y queso fundido

Fruta de temporada

Miércoles



7 Kcal 718 HC 97 Lip 22 Prot 33

Arroz blanco con tomate frito
Porción de salmón Noruego a la Meunière
Verduritas salteadas
Yogur natural

14 Kcal 641 HC 88 Lip 17 Prot 34

Alubias blancas guisadas
Medallón de bacalao con salsa de tomate casera

Fruta de temporada

21 Kcal 674 HC 88 Lip 23 Prot 28

Sopa de cocido
Cocido tradicional completo

Yogur natural

28 Kcal 600 HC 70 Lip 24 Prot 26

Crema hortelana
Pollo asado con miel, romero y limón
Arroz blanco
Yogur natural

Jueves

1 Kcal 732 HC 103 Lip 23 Prot 29

Coditos con salsa napolitana
Suprema de merluza en tempura

Fruta de temporada

8 Kcal 626 HC 85 Lip 20 Prot 24

Sopa de cocido
Cocido tradicional completo

Fruta de temporada

15 Kcal 537 HC 58 Lip 25 Prot 19

Crema de verduras natural
Huevos fritos con salchichas
Frankfurt

Fruta de temporada

22 Kcal HC Lip Prot

NO LECTIVO

29 Kcal 763 HC 84 Lip 33 Prot 32

Alubias blancas estofadas
Croquetas de jamón y empanadillas de atún

Fruta de temporada

Viernes

2 Kcal 612 HC 73 Lip 23 Prot 28

Crema de verduras natural
Estofado de cerdo en salsa española
Patatas panadera con cebollita pochada
Fruta de temporada

9 Kcal 630 HC 75 Lip 22 Prot 31

Crema de calabacín natural
Solomillo de pollo asado con un punto de mostaza
Patatas fritas crujientes
Yogur natural

16 Kcal 676 HC 94 Lip 20 Prot 30

Arroz con calamares
Merluza con salsa marinera
Salteado bicolor de guisantes y zanahoria
Yogur natural

23 Kcal HC Lip Prot

NO LECTIVO

