

Menú de: ABRIL 2024 Nido

Lunes

1 Kcal 678 HC 77 Lip 28 Prot 29

Crema de verduras
Filete ruso a la plancha
Patatas fritas

Yogur

8 Kcal 622 HC 90 Lip 17 Prot 26

Arroz con calamares
Suprema de merluza con salsa marinera

Fruta de temporada

15 Kcal 730 HC 94 Lip 27 Prot 27

Lentejas guisadas a la hortelana
Tortilla de patata

Fruta de temporada

22 Kcal 725 HC 70 Lip 34 Prot 33

Crema de verduras
Albóndigas de cerdo con salsa
Patatas fritas crujientes

Yogur

29 Kcal 627 HC 79 Lip 26 Prot 18

Crema de calabaza natural
Tortilla de patata

Yogur

Martes

2 Kcal 701 HC 117 Lip 15 Prot 25

Fusilli con salsa de tomate
Buñuelos de bacalao
Menestra salteada con ajilimójili

Gelatina

9 Kcal 566 HC 67 Lip 31 Prot 19

Sopa de caracolas
Cinta de lomo adobada a la plancha

Yogur

16 Kcal 594 HC 89 Lip 15 Prot 26

Arroz blanco con tomate
Hamburguesa de ternera a la plancha

Fruta de temporada

23 Kcal 507 HC 65 Lip 19 Prot 19

Sopa maravilla
Huevos revueltos con jamón de york y queso fundido

Fruta de temporada

30 Kcal 622 HC 88 Lip 17 Prot 30

Arroz con pollo y verduritas
Pez San Pedro al horno

Fruta de temporada

Miércoles

3 Kcal 595 HC 90 Lip 14 Prot 27

Arroz blanco con tomate frito
Salmón con salsa de naranja

Fruta de temporada

10 Kcal 537 HC 58 Lip 25 Prot 19

Crema de verduras al natural
Huevos revueltos con salchichas Frankfurt

Fruta de temporada

17 Kcal 674 HC 88 Lip 23 Prot 28

Sopa de cocido
Cocido tradicional completo

Yogur

24 Kcal 600 HC 70 Lip 24 Prot 26

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

1



Jueves

4 Kcal 626 HC 85 Lip 20 Prot 24

Sopa de cocido
Cocido tradicional completo

Fruta de temporada

11 Kcal 641 HC 88 Lip 17 Prot 34

Alubias blancas a la jardinera
Medallón de bacalao con salsa de tomate casera

Fruta de temporada

18 Kcal 598 HC 70 Lip 23 Prot 27

Crema de zanahoria natural
Magro de cerdo estofado al estilo tradicional
Patatas asadas
Fruta de temporada

25 Kcal 763 HC 84 Lip 33 Prot 32

Alubias blancas estofadas
Croquetas de jamón y empanadillas de atún

Fruta de temporada

2



FESTIVO

Viernes

5 Kcal 630 HC 75 Lip 31 Prot 22

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

12 Kcal 605 HC 80 Lip 20 Prot 16

Crema de verduras y judías verdes
Macarrones con boloñesa

Fruta de temporada

19 Kcal 619 HC 88 Lip 15 Prot 29

Macarrones integrales con salsa de tomate
Suprema de merluza a la gallega

Fruta de temporada

26 Kcal 617 HC 94 Lip 14 Prot 28

Arroz con tomate frito
Salmón en salsa menier
Salteado de verdura dado

Fruta de temporada

3 Kcal HC Lip Prot

NO LECTIVO