

Menú de: ABRIL 2024 Sin gluten

Lunes

1



NO LECTIVO

Martes

2

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|-----|-----|------|
| 701 | 117 | 15 | 25 |

Fusilli s/g a la carbonara con lardones de bacón
Varitas de merluza caseras
Menestra salteada con ajilimójili
Gelatina

Miércoles

3

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 595 | 90 | 14 | 27 |

Arroz blanco con tomate frito
Salmón con salsa de naranja
Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja
Fruta de temporada

Jueves

4

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 626 | 85 | 20 | 24 |

Sopa (fideos s/g) de cocido
Cocido tradicional completo
Fruta de temporada

Viernes

5

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 630 | 75 | 31 | 22 |

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

8

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 622 | 90 | 17 | 26 |

Arroz negro con calamares
Suprema de merluza con salsa marinera
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

9

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 566 | 67 | 31 | 19 |

Sopa de animalitos s/g
Cinta de lomo adobada a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz
Yogur

10

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 537 | 58 | 25 | 19 |

Crema de verduras al natural
Huevos fritos con salchichas
Frankfurt
Fruta de temporada

11

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 641 | 88 | 17 | 34 |

Alubias blancas a la jardinera
Abadejo con tomate
Ensalada de lechuga, naranja y maíz
Fruta de temporada

12

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 605 | 80 | 20 | 16 |

Salteado de judías verdes, zanahoria y patata rehogado con ajo y cebolla
Pasta s/g con boloñesa
Fruta de temporada

15

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 730 | 94 | 27 | 27 |

Alubias guisadas a la hortelana
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta de temporada

16

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 594 | 89 | 15 | 26 |

Arroz blanco con tomate
Hamburguesa de ternera a la plancha
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

17

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 674 | 88 | 23 | 28 |

Sopa(fideos s/g) de cocido
Cocido tradicional completo
Yogur

18

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 598 | 70 | 23 | 27 |

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

19

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 619 | 88 | 15 | 29 |

Macarrones s/g con salsa de queso
Suprema de merluza a la gallega
Ensalada de tomate y cebolla
Fruta de temporada

22

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 725 | 70 | 34 | 33 |

Brócoli rehogado con ajo y cebolla pochada
Albóndigas de cerdo con salsa
Patatas fritas crujientes
Yogur

23

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 507 | 65 | 19 | 19 |

Sopa de animalitos s/g
Huevos revueltos con jamón de york y queso fundido
Ensalada lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

24

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 600 | 70 | 24 | 26 |

Crema hortelana
Cuartos traseros de pollo asado con miel, romero y limón
Arroz blanco
Helado

25

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 763 | 84 | 33 | 32 |

Alubias blancas estofadas
Finger de pollo s/g
Ensalada de lechuga y tomate
Fruta de temporada

26

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 617 | 94 | 14 | 28 |

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

29

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 627 | 79 | 26 | 18 |

Crema de calabaza natural
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y remolacha
Yogur

30

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| 622 | 88 | 17 | 30 |

Arroz con pollo y verduras
Pez San Pedro al horno con ajos confitados y perejil
Ensalada lechuga y aceitunas
Fruta de temporada

1



2



FESTIVO

3

| Kcal | HC | Lip | Prot |
|------|----|-----|------|
| | | | |

NO LECTIVO