

ENERO

Dom.	L	M	M	J	V	S	D
01	8	9	10	11	12	13	14
05	15	16	17	18	19	20	21
07	22	23	24	25	26	27	28
04	29	30	31	1	2	3	4

FEBRERO

Dom.	L	M	M	J	V	S	D
01	5	6	7	8	9	10	11
02	12	13	14	15	16	17	18
05	19	20	21	22	23	24	25
04	26	27	28	1	2	3	4

MARZO

Dom.	L	M	M	J	V	S	D
01	5	6	7	8	9	10	11
02	12	13	14	15	16	17	18
05	19	20	21	22	23	24	25

semana 01	semana 02
79,00 € kcal	79,00 € kcal
82,00 g Proteínas	84,20 g Proteínas
70,00 g grasas	70,00 g grasas
23,00 g azúcares	23,00 g azúcares
semana 03	semana 04
77,00 € kcal	77,00 € kcal
82,00 g Proteínas	85,75 g Proteínas
70,00 g grasas	70,00 g grasas
24,75 g azúcares	24,90 g azúcares

AVANCE NUTRICIONAL

	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES
semana 01	Crema de calabacín	Fabada asturiana <i>(verduras, abullos, patatas, carne de cerdo)</i>	Arroz con bonito y salsa de tomate	Sopa de verduras y letras	Caldó gallego
	Paella mixta de pescado, pollo y calamares	Tortilla española con ensalada <i>(lechuga y tomate)</i>	Asado de carne en rodajas con verduritas y patatas al horno	Milanesa al horno en salsa de tomate con espirales	Merluza rebozada con ensalada <i>(lechuga y tomate)</i>
	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur
	Lentejas estofadas con verdura	Ensalada César	Crema de verduras	Fideuá con verduritas	Sopa de verduras y cuscús
semana 02	Lomo en salsa de verduras con patatas al vapor	Lasaña clásica de atún	Pescadilla a la romana con judías al horno	Hamburguesa casera de cerdo al horno con ensalada <i>(lechuga y tomate)</i>	Pollo guisado con verduritas y patatas cocidas
	Fruta	Natillas caseras	Fruta	Fruta	Fruta
	Crema campera <i>(zanahora, calabacín, tomate, cebolla)</i>	Espaguetis a la boloñesa	Sopa a la jardinera con fideos	Potaje de garbanzos y acelgas	Arroz con verduritas y salsa de tomate
	Pizza artesana de tomate, jamón y mozzarella	Filete de merluza a la romana con ensalada <i>(lechuga, tomate y zanahora)</i>	Albóndigas caseras de la abuela al horno con arroz	Tortilla española con ensalada de atún y tomate	Escalopines rebozados con brécol al vapor
semana 03	Fruta	Yogur	Fruta	Fruta	Fruta
	Sopa de estrellas y vegetales	Crema de zanahoria	Macarones con queso rallado	Judías con patatas y huevo al horno	Lentejas caseras con chorizo
	Pescadilla rebozada con verduras y patatas al horno	Guiso tradicional de ternera ecológica con verduras	Pollo asado con ensalada <i>(lechuga y tomate)</i>	Lasaña tradicional de carne de cerdo	Bacalao a la romana con ensalada <i>(lechuga y tomate)</i>
	Fruta	Fruta	Fruta	Chocolatina	Fruta
semana 04					

* Por circunstancias excepcionales, en preventedo mismo podria verse variado de manera ocasional y siempre pensado en el buen funcionamiento del servicio de comedor. ** Menus sugeridos para nutrobiodiversidad.

alérgenos AL 1:Gluten • 2:Crustáceos • 3:Huevos • 4:Pescados • 5:Cacahuetes • 6:Soja • 7:Leche • 8:Frutos de cáscara • 9:Apio • 10:Albúmenes • 11:Moluscos • 12:Mostaza • 13:Granos de sésamo • 14:Sulfites

