

Enero 2024

LBASAL: BASAL
INFANTIL / COMIDA / MENU DOBLE OPCION



| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|--|--|--|---|
| <p>8 KCal. 645 H.C. 92 Lip. 20 P. 30</p> <p>ARROZ CON TOMATE ARROZ BLANCO AL AJILLO</p> <p>CINTA DE LOMO A LA PLANCHA • ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> | <p>9 KCal. 894 H.C. 135 Lip. 30 P. 27</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA MENESTRA DE VERDURA SALTEADA</p> <p>ALBONDIGAS EN SALSA DE TOMATE • ARROZ BLANCO SALTEADO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> | <p>10 KCal. 542 H.C. 67 Lip. 20 P. 28</p> <p>ALUBIAS ESTOFADAS DE LA HUERTA CREMA DE ALUBIAS</p> <p>DORADA AL HORNO CON AJO-PEREJIL • ZANAHORIA BABY</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN INTEGRAL</p> | <p>11 KCal. 576 H.C. 66 Lip. 26 P. 22</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA PATATAS CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE POLLO AL AJILLO • ENSALADA VERDE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> | <p>12 KCal. 540 H.C. 58 Lip. 26 P. 22</p> <p>JUDIAS VERDES A LA GALLEGA PURE DE JUDIAS VERDES</p> <p>TORTILLA CON JAMÓN COCIDO • ENSALADA DE TOMATE</p> <p>MELOCOTON EN ALMIBAR</p> <p>PAN</p> |
| <p>15 KCal. 682 H.C. 91 Lip. 23 P. 33</p> <p>MACARRONES CON TOMATE GRATINADOS MACARRONES AL AJILLO</p> <p>SALMON AL HORNO • CALABACÍN Y ZANAHORIA SALTEADA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> | <p>16 KCal. 395 H.C. 38 Lip. 19 P. 19</p> <p>BROCOLI GRATINADO PURÉ DE BROCOLI</p> <p>FILETE DE POLLO EMPANADO • ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN</p> | <p>17 KCal. 702 H.C. 88 Lip. 28 P. 30</p> <p>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS</p> <p>COCIDO COMPLETO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p> | <p>18 KCal. 538 H.C. 75 Lip. 15 P. 30</p> <p>PAELLA DE VERDURAS ARROZ BLANCO AL AJILLO</p> <p>BACALAO AL HORNO • ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS</p> <p>GELATINA SIN AZUCAR</p> <p>PAN</p> | <p>19 KCal. 587 H.C. 77 Lip. 22 P. 22</p> <p>GUISANTES CON JAMON PURE DE GUISANTES</p> <p>TORTILLA DE PATATA • ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> |
| <p>22 KCal. 585 H.C. 88 Lip. 14 P. 31</p> <p>MACARRONES CON TOMATE Y ORÉGANO MACARRONES AL AJILLO</p> <p>FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA • PIMIENTOS ROJOS ASADOS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> | <p>23 KCal. 550 H.C. 63 Lip. 26 P. 14</p> <p>GARBANZOS SALTEADOS CON PISTO</p> <p>HAMBURGUESA DE COL, KALE Y QUINOA • ZANAHORIA REHOGADA</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN</p> | <p>24 KCal. 545 H.C. 56 Lip. 28 P. 20</p> <p>SOPA DE LLUVIA ESPINACAS CON REFRITO</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON QUESO • ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p> | <p>25 KCal. 596 H.C. 59 Lip. 30 P. 25</p> <p>PURE DE VERDURAS ECOLOGICAS MENESTRA DE VERDURA SALTEADA</p> <p>CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA • LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>PIÑA EN SU JUGO</p> <p>PAN</p> | <p>26 KCal. 873 H.C. 127 Lip. 30 P. 33</p> <p>JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS</p> <p>EMPANADA DE ATÚN • ENSALADA DE COLORES</p> <p>BIZCOCHADA</p> <p>PAN</p> |
| <p>29 KCal. 657 H.C. 87 Lip. 19 P. 39</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS CON CURRY CREMA DE LENTEJAS ECOLOGICAS</p> <p>BACALADILLA REBOZADA • ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p> | <p>30 KCal. 675 H.C. 70 Lip. 27 P. 39</p> <p>JUDIAS VERDES REHOGADAS PURE DE JUDIAS VERDES</p> <p>MAGRO DE CERDO GUISADO • COUS COUS</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN</p> | <p>31 KCal. 611 H.C. 92 Lip. 15 P. 32</p> <p>MACARRONES CON CHORIZO MACARRONES AL AJILLO</p> <p>MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA Y ZANAHORIA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p> | | |

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal. Siempre habrá opción de fruta como alternativa al postre. Se ofrecerá postre lácteo sin azúcar para aquellas edades que no esté incorporada el azúcar o que sigan una dieta libre de azúcares