

## Octubre 2024

LBASAL: BASAL  
INFANTIL / COMIDA / MENÚ DOBLE OPCIÓN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p><b>1</b> KCal. 498 H.C. 44 Lip. 24 P. 29</p> <p>LENTEJAS CON CALABAZA CREMA DE LENTEJAS</p> <p>SALMON A LA NARANJA • ENSALADA DE TOMATE Y OREGANO</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>2</b> KCal. 609 H.C. 94 Lip. 17 P. 25</p> <p>CREMA DE VERDURAS (CALABACIN, PATATA Y ZANAHORIA) PISTO DE VERDURAS</p> <p>POLLO ASADO • ARROZ BLANCO • ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p><b>3</b> KCal. 725 H.C. 93 Lip. 29 P. 27</p> <p>ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA CREMA DE ALUBIAS</p> <p>TORTILLA DE PATATA • ENSALADA DE COLORES</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>4</b> KCal. 615 H.C. 90 Lip. 19 P. 26</p> <p>MACARRONES NAPOLITANA MACARRONES SALTEADOS CON HIERBAS PROVENZALES</p> <p>LUBINA AL HORNO • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p><b>7</b> KCal. 519 H.C. 64 Lip. 16 P. 34</p> <p>COLIFLOR GRATINADA CON DADITOS DE JAMON PURE DE COLIFLOR</p> <p>RAGOUT DE PAVO ESTOFADO • CALABACIN SALTEADO • ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>8</b> KCal. 733 H.C. 87 Lip. 29 P. 36</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS ARROZ BLANCO SALTEADO</p> <p>DADOS DE BONITO CON TOMATE • ENSALADA DE COLORES</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>9</b> KCal. 676 H.C. 87 Lip. 26 P. 28</p> <p>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS</p> <p>COCIDO COMPLETO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p><b>10</b> KCal. 605 H.C. 51 Lip. 36 P. 22</p> <p>CREMA DE CALABACIN MENESTRA DE VERDURA SALTEADA</p> <p>TORTILLA DE QUESO • PIMIENTOS VERDES FRITOS • ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>11</b> KCal. 599 H.C. 65 Lip. 24 P. 34</p> <p>GUISANTES SALTEADOS CON JAMON PURE DE GUISANTES</p> <p>MERLUZA AL HORNO • PATATAS PANADERA • ENSALADA CON REMOLACHA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p><b>14</b> KCal. 692 H.C. 68 Lip. 36 P. 27</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA PATATAS CON VERDURAS</p> <p>TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>15</b> KCal. 609 H.C. 82 Lip. 19 P. 32</p> <p>LENTEJAS HORTELANA CREMA DE LENTEJAS</p> <p>DORADA AL AJILLO • BONIATO AL HORNO • LECHUGA Y ACEITUNAS</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>16</b> KCal. 580 H.C. 100 Lip. 13 P. 21</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA CON CANELA</p> <p>POLLO AL CURRY • ARROZ BLANCO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p><b>17</b> KCal. 723 H.C. 83 Lip. 29 P. 35</p> <p>MACARRONES GRATINADOS MACARRONES SALTEADOS</p> <p>SALMON AL ENELDO • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>18</b> KCal. 615 H.C. 65 Lip. 35 P. 13</p> <p>JUDIAS VERDES A LA GALLEGA PURE DE JUDIAS VERDES</p> <p>CROQUETAS DE JAMON • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p><b>21</b> KCal. 511 H.C. 51 Lip. 24 P. 26</p> <p>CREMA DE ESPINACAS ESPINACAS SALTEADAS</p> <p>POLLO AL CHILINDRON • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>22</b> KCal. 568 H.C. 68 Lip. 19 P. 36</p> <p>JUDIAS PINTAS CON VERDURAS PURE DE ALUBIAS</p> <p>BACALAO AL HORNO • ENSALADA DE COLORES</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>23</b> KCal. 745 H.C. 92 Lip. 28 P. 38</p> <p>FIDEUA DE VERDURA MACARRONES SALTEADOS</p> <p>MAGRO DE CERDO GUISADO • ENSALADA DE TOMATE Y OREGANO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p><b>24</b> KCal. 767 H.C. 96 Lip. 31 P. 31</p> <p>GARBANZOS ESTOFADOS CON CHORIZO CREMA DE GARBANZO</p> <p>TORTILLA ESPAÑOLA • CALABACIN • ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>25</b> KCal. 489 H.C. 53 Lip. 22 P. 23</p> <p>BROCOLI REHOGADO CON PATATA CREMA DE BRÓCOLI</p> <p>GALLO SAN PEDRO A LA ANDALUZA • ZANAHORIA BABY • ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p><b>28</b> KCal. 657 H.C. 93 Lip. 21 P. 30</p> <p>ARROZ CON TOMATE ARROZ BLANCO SALTEADO</p> <p>CINTA DE LOMO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>29</b> KCal. 538 H.C. 64 Lip. 22 P. 25</p> <p>SOPA DE AVE CON FIDEOS</p> <p>MERLUZA EN SALSA VERDE • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>30</b> KCal. 628 H.C. 73 Lip. 26 P. 29</p> <p>JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS CREMA DE ALUBIAS</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON PAVO • CHAMPIÑON • LECHUGA Y ACEITUNAS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p><b>31</b> KCal. 829 H.C. 86 Lip. 44 P. 29</p> <p>CREMA DE CALABAZA CON CROUTONS</p> <p>SALCHICHAS FRESCAS DE POLLO CON TOMATE • PIMIENTOS ROJOS ASADOS TIRAS DE POLLO EN SALSA DE TOMATE • ENSALADA CON REMOLACHA</p> <p>NATILLAS DE VAINILLA</p> <p>PAN</p>	