



MENÚ NOVIEMBRE 2024 BASAL



1

FESTIVO

4	680 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 18	5	625 Kcal. P.: 23 HC.: 38 L.: 16	6	750 Kcal. P.: 28 HC.: 44 L.: 23	7	650 Kcal. P.: 26 HC.: 35 L.: 18	8	725 Kcal. P.: 30 HC.: 38 L.: 23
ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6 SOPA MINISTRONE DE VERDURAS Y PASTA 1,3 LOMO FRESCO EN ADOBADO CASERO EN RUSTIDERA 12 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA LENTEJAS ECOLÓGICAS A LA RIOJANA FILETE DE MERLUZA ENCEBOLLADA EN SALSA VERDE 4 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA TOMATE, MAIZ Y BROTES 6 MARMITAKO MARINERO DE ATÚN 4,12 TORTILLA DE ESPINACAS 3 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y MAIZ MACARRONES EN SALSA BOLOÑESA CASERA 1,3 PALOMETA AL ALL Y PEBRE 4 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS ARROZ DE COSTILLA Y VERDURA PECHUGA DE POLLO EN SALSA LACTEO 7					
11	760 Kcal. P.: 26 HC.: 38 L.: 27	12	610 Kcal. P.: 19 HC.: 36 L.: 13	13	735 Kcal. P.: 24 HC.: 45 L.: 20	14	655 Kcal. P.: 28 HC.: 37 L.: 18	15	630 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 17
ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA SOPA CASTELLANA CON FIDEOS 1,3 ALBONDIGAS DE POLLO EN SALSA CON VERDURITAS 12 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y BROTES 6 ALUBIAS ECOLÓGICAS ESTOFADOS CON VERDURA 12 BACALADILLA EN SALSA MERY CON VERDURITA 4 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y PEPINO ARROZ DEL SEÑORET 2,4,13 TORTILLA DE PATATAS 3 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y REMOLACHA ESTOFADO DE POLLO ,PATATA Y VERDURAS 12 MERLUZA A LA BILBAINA 4 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y MAIZ ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE CASERA 1,3 FILETE DE A CABEZADA DE CERDO ASADA LACTEO 7					
18	765 Kcal. P.: 23 HC.: 50 L.: 20	19	655 Kcal. P.: 24 HC.: 42 L.: 16	20	630 Kcal. P.: 20 HC.: 36 L.: 17	21	610 Kcal. P.: 22 HC.: 34 L.: 14	22	730 Kcal. P.: 27 HC.: 42 L.: 23
ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ZANAHORIA ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE CASERA Y MEDIO HUEVO DURO 3 LONGANIZA FRESCA DE CERDO CON PATATA 12 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6 MACARRONES INTEGRALES A LA BOLOÑESA 1,3 MERLUZA CON VERDURA EN SALSA MERY 4 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ESPARRAGOS CREMA DE VERDURA ECOLÓGICAS 12 POLLO EN PEPITORIA FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA GUISO MARINERO DE CALAMAR 4,12,13 TORTILLA FRANCESA 3 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y MAIZ COCIDO MONTAÑÉS (plato típico cántabro) 12 FILETE DE PALOMETA A LA MARINERA 2,4,13 LACTEO 7					
25	605 Kcal. P.: 16 HC.: 38 L.: 13	26	625 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13	27	665 Kcal. P.: 29 HC.: 37 L.: 19	28	635 Kcal. P.: 17 HC.: 41 L.: 14	29	605 Kcal. P.: 20 HC.: 37 L.: 13
ENSALADA DELECHUGA ,TOMATE Y REMOLACHA CREMA DE VERDURAS ECOLÓGICAS 12 FILETE DE PECHUGA DE PAVO CON SANFAINA FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y ZANAHORIA LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12 TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA 3 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y MAIZ 6 ESTOFADO DE POLLO CON PATATA Y VERDURA 12 MERLUZA HORNO SOBRE LECHO DE VERDURAS 4 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y BROTES 6 ARROZ DE MERLUZA Y CALAMAR 2,4,13 HAMBURGUESA DE POLLO 3 FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA CREMA DE VERDURA ECOLÓGICA 12 RUSTIDERA DE POLLO AL HORNO 12 LÁCTEO 7					