



# MENÚ DICIEMBRE 2024 BASAL



<b>2</b> 745 Kcal. P.: 24 HC.: 45 L.: 22 ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ SOPA CASTELLANA CON FIDEOS 1,3 FILETE DE LOMO DE CERDO BRESEADO FRUTA DE TEMPORADA	<b>3</b> 620 Kcal. P.: 16 HC.: 40 L.: 15 ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y BROTES 6 ARROZ CON VERDURA ECOLÓGICA FILETE DE PALOMETA CON TOMATE CASERO 4 FRUTA DE TEMPORADA	<b>4</b> 640 Kcal. P.: 20 HC.: 37 L.: 19 ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ACEITUNAS MACARRONES AL PESTO CON SALSAS DE TOMATE ECOLÓGICA CON ATÚN 1,4,3 SOLOMILLO DE CERDO EN SALSAS FRUTA DE TEMPORADA	<b>5</b> 605 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS 12 TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA 3 FRUTA DE TEMPORADA	<b>6</b> <b>FESTIVO</b>
<b>9</b> 700 Kcal. P.: 24 HC.: 36 L.: 23 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA ESTOFADO DE BACALAO Y VERDURA 4,12 FILETE DE PECHUGA DE POLLO STROGONOFF FRUTA DE TEMPORADA	<b>10</b> 790 Kcal. P.: 27 HC.: 50 L.: 22 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y BROTES 6 ARROZ CON COSTRAS DE VERDURA 3 VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSAS ANDALUZA CON GUIANTES 4 FRUTA DE TEMPORADA	<b>11</b> 630 Kcal. P.: 20 HC.: 42 L.: 17 ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS ALUBIAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12 TORTILLA DE CALABACÍN 3 FRUTA DE TEMPORADA	<b>12</b> 635 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 16 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA 1,3 ESPIRALES DE COLORES A LA PUTTANESCA FILETE DE BACALAIILLA EN SALSAS MERY CON VERDURAS 4 FRUTA DE TEMPORADA	<b>13</b> 710 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 18 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA SOPA MINISTRONE DE VERDURA POLLO AL HORNO ASADO EN SU JUGO CON PATATA 12 LACTEO 7
<b>16</b> 600 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 14 ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ CREMA DE VERDURA ECOLÓGICA 12 CABEZADA DE CERDO ASADA CON SALSAS DE TOMATE CASERA 12 FRUTA DE TEMPORADA	<b>17</b> 605 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12 TORTILLA DE PATATA 3 FRUTA DE TEMPORADA	<b>18</b> 715 Kcal. P.: 28 HC.: 40 L.: 22 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6 MARMITAKO DE SALMÓN 4,12 MEDALLÓN DE REDONDO DE PAVO SOBRE LECHO DE VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	<b>19</b> 640 Kcal. P.: 21 HC.: 38 L.: 18 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA MACARRONES CON SALSAS DE TOMATE CASERA CON VERDURAS 1,3 FILETE DE MERLUZA EN SALSAS MERY CON VERDURAS 4 FRUTA DE TEMPORADA	<b>20</b> 625 Kcal P: 23 HC : 34 L : 16 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS ARROZ BLANCO CON TOMATE CASERO SALCHIHAS AL HORNO POSTRE ESPECIAL
<b>23</b> <b>VACACIONES</b>	<b>24</b> <b>VACACIONES</b>	<b>25</b> <b>VACACIONES</b>	<b>26</b> <b>VACACIONES</b>	<b>27</b> <b>VACACIONES</b>
<b>30</b> <b>VACACIONES</b>	<b>31</b> <b>VACACIONES</b>			

NOTA: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas/ H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Nuestros menús incluyen PAN y la bebida será AGUA. DETRÁS DECLARACIÓN DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14) Y TRAZAS DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14)