



MENÚ DICIEMBRE 2025 BASAL



1 745 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	2 620 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 LACTEO 7	3 640 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	4 605 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS GARBANZOS ECOLÓGICOS ESTOFADOS CON VERDURAS 12 TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA 3 FRUTA DE TEMPORADA	5 600 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 14 ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ CREMA DE VERDURA ECOLÓGICA 12 FILETE DE MERLUZA EN SALSAS MERY CON CEBOLLA CARAMELIZADA 4 FRUTA DE TEMPORADA
8 FESTIVO	9 790 Kcal. P.: 27 HC.: 50 L.: 22 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y BROTES 6 ARROZ CON VERDURAS VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSAS ANDALUZA CON GUISANTES 4 LACTEO 7	10 630 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	11 635 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 16 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA ESPIRALES DE COLORES A LA PUTTANESCA 1,3 FILETE DE BACALAIILLA EN SALSAS MERY CON VERDURAS 4 FRUTA DE TEMPORADA	12 710 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
15 600 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	16 605 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12 TORTILLA DE PATATA 3 LACTEO 7	17 715 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	18 640 Kcal. P.: 21 HC.: 38 L.: 18 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA MACARRONES INTEGRALES CON SALSAS DE CARBONARA 1,3 FILETE DE MERLUZA EN SALSAS MERY CON VERDURAS 4 FRUTA DE TEMPORADA	19 625 Kcal P.: 23 HC.: 34 L.: 16 GASTRONOMÍA HINDÚ ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE, OLIVAS Y ARROZ BASMATI (ENSALADA BIRYANI) CHANA MASALA (GARBANZOS CON VERDURAS AL CURRY) POLLO TANDORI KHEER 7 (ARROZ CON LECHE)
22 710 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 18 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA COCIDO 12 ALBONDIGAS EN SALSAS POSTRE ESPECIAL	23 625 Kcal P.: 23 HC.: 34 L.: 16 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS ARROZ BLANCO CON TOMATE CASERO SALCHIHAS AL HORNO LACTEO 7	24 VACACIONES	25 VACACIONES	26 640 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
29 715 Kcal. P.: 24 HC.: 44 L.: 21 ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ ESTOFADO DE MAGRO DE CERDO 12 TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA 3 FRUTA DE TEMPORADA	30 625 Kcal P.: 23 HC.: 34 L.: 16 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS FIDEUA DE VERDURAS 1,3 PECHUGA DE POLLO AL HORNO LACTEO 7	31 VACACIONES		

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 INTEGRAL (LUNES Y VIERNES) Y PAN BLANCO (MARTES,MIÉRCOLES,JUEVES) 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)