

<p><b>LUNES 1</b></p> <p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>CINTA LOMO PLANCHA ENSALADA CON ACEITUNAS FRUTA</p>	<p><b>MARTES 2</b></p> <p>CREMA DE VERDURA (14)</p> <p>VARITAS DE MERLUZA (1,4) ENSALADA DE MAÍZ ACTIMEL (7)</p>	<p><b>MIÉRCOLES 3</b></p> <p>ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS (14) con chorizo</p> <p>HAMBURGUESA PLANCHA (6,7,9,10,14) ENSALADA CON REMOLACHA FRUTA</p>	<p><b>JUEVES 4</b></p> <p>PATATAS GUIADAS (4,14) con pescado</p> <p>POLLO AL AJILLO ENSALADA CON TOMATE FRUTA</p>	<p><b>VIERNES 5</b></p> <p>CREMA DE CALABAZA (14)</p> <p>PESCADILLA SALSA VERDE (4) PATATAS FRITAS YOGUR (7)</p>
<p><b>LUNES 8</b></p> <p>CREMA DE JUDÍAS VERDES (14)</p> <p>HUEVOS VILLARROY (1,2,3,4,6,7,9,10,13,14) ENSALADA CON ACEITUNAS FRUTA</p>	<p><b>MARTES 9</b></p> <p>PATATAS RIOJANA (6,7,14)</p> <p>FILETE POLLO A LA PLANCHA ENSALADA CON SOJA (6) ACTIMEL (7)</p>	<p><b>MIÉRCOLES 10</b></p> <p>SOPA DE COCIDO (1,3,14) COMPLEMENTO DE COCIDO Repollo, patatas, zanahoria Garbanzos, ternera, chorizo (14) FRUTA</p>	<p><b>JUEVES 11</b></p> <p>CREMA PARMENTIER (14)</p> <p>CINTA LOMO ADOBADA CALABACÍN REBOZADO (1,2,4,7,13) FRUTA</p>	<p><b>VIERNES 12</b></p> <p>ALUBIAS BLANCAS (1,14) Guisadas con verduras MERLUZA A LA GALLEGA (4) ENSALADA CON ZANAHORIA YOGUR (7)</p>
<p><b>LUNES 15</b></p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS (14) con verduras</p> <p>MAGRO CERDO JARDINERA ENSALADA CON ACEITUNAS FRUTA</p>	<p><b>MARTES 16</b></p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (2,3)</p> <p>TORTILLA ESPAÑOLA (3) PISTO DE VERDURAS ACTIMEL (7)</p>	<p><b>MIÉRCOLES 17</b></p> <p>POTAJE DE GARBANZOS (4,14) con espinaca y bacalao</p> <p>VARITAS DE MERLUZA (1,4) ENSALADA CON MAÍZ FRUTA</p>	<p><b>JUEVES 18</b></p> <p>CREMA DE CALABACÍN (14)</p> <p>POLLO EN PEPITORIA (3,5) PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p><b>VIERNES 19</b></p> <p><b>NO LECTIVO</b></p>
<p><b>LUNES 22</b></p> <p><b>NO LECTIVO</b></p>	<p><b>MARTES 23</b></p> <p>CODITOS CON CHORIZO (1,3,6,7) CROQUETAS JAMON (1,7)</p> <p>EMPANADILLAS ATÚN (1,2,3,4,6,7,9,10,13,14) ENSALADA CON SOJA (6) ACTIMEL (7)</p>	<p><b>MIÉRCOLES 24</b></p> <p>CREMA DE VERDURAS (14)</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA (1,6) PATATAS FRITAS FRUTA</p>	<p><b>JUEVES 25</b></p> <p>SOPA DE COCIDO (1,3,14) COMPLEMENTO DE COCIDO Repollo, patatas, zanahoria Garbanzos, ternera, chorizo (14) FRUTA</p>	<p><b>VIERNES 26</b></p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS (14) con verduras</p> <p>SALMÓN AL HORNO (4) CHAMPIÑÓN AL AJILLO YOGUR (7)</p>

DANDO CUMPLIMIENTO A LA NORMATIVA 1169/2011 AL CONSUMIDOR PASAMOS A INFORMARLES DE LOS 14 ALERGENOS DEL MENÚ DEL COMEDOR CON SUS DISTINTAS LEYENDAS

1-GLUTEN

4-PESCADO

7-LECHE

10-APIO

13-MOLUSCOS

2-CRUSTACEOS

5-FRUTOS DE CASCARA

8-CAHAUETES

11-SESAMO

14-SULFITOS

3-HUEVO

6-SOJA

9-MOSTAZA

12-ALTRAMUCES



Les apuntamos las propiedades nutritivas del menú basal.

<b>LUNES 1</b>		<b>MARTES 2</b>		<b>MIÉRCOLES 3</b>		<b>JUEVES 4</b>		<b>VIERNES 5</b>	
Kilocalorías	674	Kilocalorías	657	Kilocalorías	695	Kilocalorías	655	Kilocalorías	550
Lípidos	22	Lípidos	28	Lípidos	33	Lípidos	23	Lípidos	19
Proteínas	17	Proteínas	22	Proteínas	32	Proteínas	33	Proteínas	32
Hidratos carbono	99	Hidratos carbono	76	Hidratos carbono	64	Hidratos carbono	77	Hidratos carbono	62
<b>LUNES 8</b>		<b>MARTES 9</b>		<b>MIÉRCOLES 10</b>		<b>JUEVES 11</b>		<b>VIERNES 12</b>	
Kilocalorías	515	Kilocalorías	642	Kilocalorías	690	Kilocalorías	628	Kilocalorías	554
Lípidos	15	Lípidos	24	Lípidos	19	Lípidos	26	Lípidos	15
Proteínas	15	Proteínas	33	Proteínas	36	Proteínas	39	Proteínas	34
Hidratos carbono	76	Hidratos carbono	72	Hidratos carbono	91	Hidratos carbono	65	Hidratos carbono	62
<b>LUNES 15</b>		<b>MARTES 16</b>		<b>MIÉRCOLES 17</b>		<b>JUEVES 18</b>		<b>VIERNES 19</b>	
Kilocalorías	716	Kilocalorías	615	Kilocalorías	811	Kilocalorías	657	<b>NO LECTIVO</b>	
Lípidos	30	Lípidos	26	Lípidos	31	Lípidos	26		
Proteínas	35	Proteínas	20	Proteínas	33	Proteínas	33		
Hidratos carbono	73	Hidratos carbono	74	Hidratos carbono	100	Hidratos carbono	69		
<b>LUNES 22</b>		<b>MARTES 23</b>		<b>MIÉRCOLES 24</b>		<b>JUEVES 25</b>		<b>VIERNES 26</b>	
<b>NO LECTIVO</b>		Kilocalorías	827	Kilocalorías	676	Kilocalorías	690	Kilocalorías	635
		Lípidos	37	Lípidos	29	Lípidos	19	Lípidos	15
		Proteínas	19	Proteínas	21	Proteínas	36	Proteínas	49
		Hidratos carbono	103	Hidratos carbono	78	Hidratos carbono	91	Hidratos carbono	69