

LUNES

**MENÚ ELABORADO
CON PRODUCTOS
FRESCOS DE
TEMPORADA**

MARTES

FIESTA

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

02

03

04

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, zanahoria rallada, maíz y huevo duro)
 - Lentejas de la huerta (con verduras)
 - Yogurt natural La Fageda
- Kcal.550,2 Lip.27,8 Prot.16,0 HC 59,1

- Risotto de setas con champiñones y queso
 - Lomo de salmón con salsa a las finas hierbas
 - Fruta del tiempo
- Kcal.640,2 Lip.21,1 Prot.30,1 HC 82,4

- Acelgas con patatas salteadas con dados de jamón dulce
 - Estofado de ternera con verduras a la jardinera
 - Fruta del tiempo
- Kcal.593,3 Lip.21,4 Prot.38,0 HC 62,3

07

08

09

10

11

- Arroz a la napolitana
 - Escalopa de cerdo con lechuga espárragos y maíz
 - Fruta del tiempo
- Kcal.967,5 Lip.50,8 Prot.32,2 HC 95,4

- Crema de calabacín (calabacín, cebolla y patata)
 - Cazuela de garbanzos con espinacas y huevo duro
 - Fruta del tiempo
- Kcal.764,6 Lip.42,2 Prot.34,7 HC 62,9

- Sopa de verduras con pasta **ECOLÓGICA**
 - Suprema de merluza a la marinera ruedas de patata
 - Fruta del tiempo
- Kcal.518,4 Lip.13,8 Prot.24,0 HC 71,1

- "Trinxat" de la Cerdanya (col y patata)
 - Albóndigas 100% de ternera con salsa de tomate
 - Fruta del tiempo
- Kcal.830,0 Lip.41,6 Prot.45,5 HC 68,6

- Macarrones **ECOLÓGICOS** con salsa de tomate y queso
 - Contra muslo de pollo al horno con lechuga y zanahoria
 - Crema de chocolate La Fageda
- Kcal.631,7 Lip.30,4 Prot.14,0 HC 75,4

14

15

16

17

18

- Patatas estofadas con juliana de verduras
 - Filete de bacalao al orio con lechuga y tomate
 - Fruta del tiempo
- Kcal.893,7 Lip.51,5 Prot.32,9 HC 74,7

- Sopa de ave con arroz
 - Redondo de cerdo con salsa de zanahoria
 - Yogurt natural La Fageda
- Kcal.927,0 Lip.47,7 Prot.22,2 HC 102,5

- Crema de verduras (menestra, patata y cebolla)
 - Pollo al estilo del Chef (pimiento, cebolla y champiñones)
 - Fruta del tiempo
- Kcal.463,9 Lip.15,8 Prot.25,5 HC 49,1

- Espaguetis **ECOLÓGICOS** a la carbonara
 - Hamburguesa 100% de ternera con lechuga, maíz y olivas
 - Fruta del tiempo
- Kcal.588,4 Lip.27,2 Prot.25,5 HC 60,4

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, maíz y zanahoria)
 - Lentejas con arroz, verduras y magra de cerdo
 - Fruta del tiempo
- Kcal.911,0 Lip.40,9 Prot.53,0 HC 80,0

21

22

23

24

25

- Salteado campestre con patata
 - Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y olivas
 - Fruta del tiempo
- Kcal.681,4,7 Lip.23,7 Prot.38,3 HC 78,8

- Tallarines con wok de verduras (salsa de soja)
 - Colas de rape a la Vizcaína (tomate, pimiento y cebolla)
 - Fruta del tiempo
- Kcal.417,5 Lip.13,4 Prot.21,5 HC 48,1

- Crema de judía blanca
 - Estofado de pavo a la catalana
 - Fruta del tiempo
- Kcal.541,2 Lip.21,5 Prot.36,7 HC 50,2

- Paella mediterránea (gambitas, mejillones y calamares)
 - Salchichas de cerdo al horno con dados de tomate y maíz
 - Fruta del tiempo
- Kcal.610,8 Lip.29,1 Prot.17,7 HC 69,6

- Sopa de payés con pasta **ECOLÓGICA** y garbanzos
 - Calamares a la romana con lechuga y zanahoria
 - Flan La Fageda
- Kcal.908,5 Lip.47,4 Prot.43,0 HC 77,3

28

29

30

- Sopa de caldo con pistones **ECOLOGICOS**
 - Pollo al horno con lechuga y maíz
 - Fruta del tiempo
- Kcal.491,7 Lip.20,10 Prot.28,4 HC 49,3

- Ensalada de lechugas variadas (lechugas, tomate, zanahoria rallada, maíz y atún)
 - Lentejas a la riojana con chorizo
 - Crema de vainilla La Fageda
- Kcal.605,90 Lip.29,50 Prot.18,7 HC 66,5

- Tirabuzones **ECOLÓGICOS** a la italiana (salsa de tomate, cebolla y queso rallada)
 - Filete de merluza en salsa marinera
 - Fruta del tiempo
- Kcal.674,3 Lip.20,20 Prot.38,9 HC 84,5

**EL PAN ESTA INCLUIDO EN
TODAS LAS COMIDAS**

**VARIEDAD DE FRUTA
DE ESTE MES :**

**MANZANA, PERA, BANANA
KIWI, NARANJA Y MANDARINA**