



Menú semana 05/11/18-09/11/18

Lunes 05	Miércoles 06	Miércoles 07	Jueves 08	Viernes 09
Arroz ecológico con salsa de tomate	Lentejas ecológicas a la castellana	Espaguetis Napolitana	Acelgas con patata	Sopa de pescado
Colitas de rape en salsa de almendras	Huevos ecológicos rellenos de atún y ensaladas	Cabezada de cerdo empanada y ensalada	Pizza Margarita con espelta ecológica y ensalada	Ternera jardinera
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Yogurt Val de Cinca	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 698 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 29gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 696 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 95gr	Energía: 702 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 698 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 28gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 702 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 97gr



Menú semana 12/11/18-16/11/18

Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
Fideuá	Crema de calabacín	Judías blancas estofadas	Menestra salteada con patatas y bacon	Lasaña de verduritas
Cazón en adobo y ensalada	Escalope de ternera con champiñones	Croquetas de arroz ecológico, zanahoria y nueces y ensalada	Lomo en salsa de manzana	Pollo asado con juliana de lechuga, zanahoria y pepino
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Flan de huevo ecológico
Energía: 699 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 702 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 698 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 95gr	Energía: 702 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 97gr	Energía: 706 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 98gr



Menú semana 19/11/18-23/11/18

Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
Arroz ecológico al horno con espinacas y pasas	Crema de calabacín	Judías verdes con patata	Garbanzos al curry	Macarrones en salsa de tomate y zanahoria
Hamburguesas de ternera y tomates aliñados	Bacalao en tomate	Salchichas de pavo y ensalada	Tortilla ecológica con atún y ensalada	Pechuga de pollo horneada con peras
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt	Fruta
Energía: 699 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 702 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 98gr	Energía: 695 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 29gr. Hidratos de carbono: 98gr	Energía: 698 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 92gr	Energía: 705 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 99gr



Menú semana 26/11/18-30/11/18

Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
Sopa de pollo	Coliflor con patatas	Lentejas ecológicas Guisadas	Pastel de patata y verduritas	Arroz ecológico tres delicias
Merluza a la romana y ensalada	Longaniza con salsa de tomate	Buñuelos de bacalao y ensalada	Pollo al limón y juliana de lechugas	Escalope de ternera con champiñones
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Natillas ecológicas de chocolate
Energía: 695 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 95gr	Energía: 698 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 97gr	Energía: 695 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 29gr. Hidratos de carbono: 97gr	Energía: 695 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 97gr	Energía: 705 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 32gr. Hidratos de carbono: 99gr