

Menú semana 04/02/19-08/02/19

Lunes 04	Martes 05	Miércoles 06	Jueves 07	Viernes 08
Patatas Riojana	Garbanzos pintos	Arroz ecológico 3 delicias	Coliflor con patatas	Lasaña de verdura
Varitas de atún con tomate y ensalada	Tortilla ecológica francesa y ensalada	Pechuga de pollo al curry	Albóndigas de ternera con guisantes	Croquetas de queso y nueces y ensalada
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Flan	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 745 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 734 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 32gr. Hidratos de carbono: 92gr	Energía: 740 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 35gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 738 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 95gr	Energía: 741 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 95gr

Menú semana 11/02/19-13/02/19

Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13
Lentejas ecológicas a la castellana	Crema de calabacín	Macarrones gratinados
Buñuelos de bacalao con ensalada	Ternera a la jardinera	Cazón en adobo y ensalada
Pan	Pan	Pan
Yogurt	Fruta	Fruta
Energía: 732 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 35gr. Hidratos de carbono: 90gr	Energía: 742 kcal. Grasas: 34gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 740 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 32gr. Hidratos de carbono: 99gr

Menú semana 18/02/19-22/02/19

Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
Arroz ecológico con salsa de tomate	Crema de verduras	Judías blancas estofadas	Acelgas salteadas	Pastel de patata y ternera
Bacalao a la romana con calabacín rebozado	Pollo asado con soja y miel con ensalada	Albóndigas de merluza en salsa verde con tallos de espárragos	Pechuga de pavo a la mostaza y tomates aliñados	Huevo duro ecológico con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Puding de coco
Energía: 742 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 35gr. Hidratos de carbono: 98gr	Energía: 740 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 35gr. Hidratos de carbono: 94gr	Energía: 738 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 36gr. Hidratos de carbono: 92gr	Energía: 738 kcal. Grasas: 27gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 743 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 33gr. Hidratos de carbono: 96gr

Menú semana 25/02/19-01/03/19

Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 01
Canelones boloñesa	Brócoli con patata	Garbanzos con tomate	Arroz ecológico al horno con verduritas	Fideuá
Colitas de rape al horno con cebolla y zanahoria	Longaniza al horno con tomate y pimientos	Huevos ecológicos rellenos de atún con ensalada	Albóndigas de ternera con guisantes	Pechuga rebozada con avena y ensalada
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Yogurt Val de Cinca	Fruta	Fruta
Energía: 746 kcal. Grasas: 34gr. Proteínas: 35gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 735 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 733 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 34gr. Hidratos de carbono: 94gr	Energía: 742 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 745 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 35gr. Hidratos de carbono: 98gr