

Menú semana 04/03/19-08/03/19

Lunes 04	Martes 05	Miércoles 06	Jueves 07	Viernes 08
Tallarines a los 4 quesos	Menestra salteada con jamón	Lentejas ecológicas con arroz	Patatas marinera	Arroz ecológico a la Milanesa
Filete de lenguado al horno con verduritas	Lomo adobado con ensalada	Tortilla de patata y tomates aliñados	Pollo al ajillo con champiñones	Cazón a la andaluza con ensalada
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Natillas	Fruta	Fruta
Energía: 744 kcal. Grasas: 34gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 738 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 36gr. Hidratos de carbono: 94gr	Energía: 735 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 34gr. Hidratos de carbono: 94gr	Energía: 740 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 36gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 734 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 35gr. Hidratos de carbono: 98gr

Menú semana 11/03/19-15/03/19

Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Espirales salteados con judías verdes y bacon	Crema de verduras	Arroz ecológico con costillas	Garbanzos al curry	Sopa de pescado
Bacalao en salsa de tomate	Pavo al horno con manzana y pasas	Merluza a la romana y ensalada	Huevos ecológicos escalfados y ensalada	Libritos de lomo con tomate en aliño
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Bizcocho de chocolate
Energía: 738 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 39gr. Hidratos de carbono: 98gr	Energía: 732 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 742 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 98gr	Energía: 738 kcal. Grasas: 27gr. Proteínas: 36gr. Hidratos de carbono: 92gr	Energía: 742 kcal. Grasas: 34gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 96gr

Menú semana 18/03/19-22/03/19

Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
Arroz ecológico a la cubana	Judías blancas estofadas	Guisantes salteados con jamón	Acelgas con patatas	Espaguetis con nata y nueces
Hamburguesa de ternera con ensalada	Tortilla ecológica de atún	Emperador en salsa de limón	Pollo con vinagre de miel	Lomo en adobo con tomate, pepino y olivas
Fruta	Yogurt Val de Cinca	Fruta	Fruta	Fruta
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Energía: 736 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 98gr	Energía: 732 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 34gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 733 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 36gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 736 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 37gr. Hidratos de carbono: 95gr	Energía: 745 kcal. Grasas: 35gr. Proteínas: 36gr. Hidratos de carbono: 102gr

Menú semana 25/03/19-29/03/19

Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Crema de calabaza	Lentejas ecológicas castellana	Acelgas con patata	Macarrones a la carbonara	Arroz ecológico salteado con verduritas
Pechuga de pollo al aceite de orégano y ensalada	Tortilla de patata con ensalada	Ternera asada con champiñones	Hamburguesas de garbanzos con tomate	Longaniza y ensalada
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Yogurt	Fruta	Fruta	Fruta
Energía: 734 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 32gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 740 kcal. Grasas: 35gr. Proteínas: 34gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 738 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 96gr	Energía: 732 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 32gr. Hidratos de carbono: 94gr	Energía: 738 kcal. Grasas: 32gr. Proteínas: 34gr. Hidratos de carbono: 98gr