

Marzo 2020

LBASAL: BASAL

INFANTIL / COMIDA / INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 KCal. 732 H.C. 86 Lip. 33 P. 25 LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS (guisantes, judías, zanahoria, tomate, cebolla) TORTILLA DE PATATA CON ESPINACA • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ MANZANA PAN	3 KCal. 698 H.C. 118 Lip. 18 P. 23 ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido) PECHUGA DE PAVO CON QUESITO EN PORCIONES • Guarnición: ENSALADA CON COL PERA PAN	4 KCal. 775 H.C. 87 Lip. 32 P. 39 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS (cebolla, patata, tomate, zanahoria) MUSLO DE POLLO ASADO CON CIRUELAS (zanahoria, cebolla, ciruela) • Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS NARANJA ECOLOGICA PAN	5 KCal. 858 H.C. 100 Lip. 41 P. 28 MACARRONES CON VERDURAS (calabacín, tomate, pimiento, cebolla, zanahoria) VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA VERDE con guisantes • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA PLATANO PAN	6 KCal. 791 H.C. 70 Lip. 53 P. 18 PURE DE CALABAZA (patata, zanahoria, calabaza, cebolla) HAMBURGUESA DE ESPINACAS • Guarnición: ENSALADA CON APIO YOGUR DE FRUTAS PAN
9 KCal. 659 H.C. 93 Lip. 22 P. 27 LENTEJAS CON ARROZ (lentejas, arroz, zanahoria, cebolla, tomate) NUGGETS DE BROCOLI • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ MANZANA PAN	10 KCal. 673 H.C. 122 Lip. 10 P. 31 ARROZ AL HORNO (con garbanzos, magro de cerdo y morcilla) ENSALADA CON QUINOA (lechuga, tomate, quinoa, caballa, maiz) PERA PAN	11 KCal. 615 H.C. 62 Lip. 31 P. 25 GUISADO DE VERDURAS CON VERDURAS ECOLOGICAS MUSLO DE POLLO ASADO A LA PIÑA • Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS NARANJA PAN	12 KCal. 1000 H.C. 140 Lip. 41 P. 26 ESPAGUETTI CON ATUN (tomate, cebolla, atún, ajo) BACALAO EN SALSA CREMOSA DE CALABAZA (huevo, leche, harina, cebolla, calabaza) • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA PLATANO PAN	13 KCal. 734 H.C. 88 Lip. 35 P. 18 CREMA CASTELLANA (legumbres con tomate y verduras) HUEVOS CON BECHAMEL • Guarnición: ENSALADA CON APIO ACTIMEL PAN
16 KCal. 862 H.C. 103 Lip. 37 P. 34 ESPIRALES CON SOJA TEXTURIZADA (salsa de tomate, soja texturizada) VENTRESCAS MERLUZA "ALL I PEBRE" (ajo, aceite, patata, pimentón) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ NARANJA PAN	17 KCal. 524 H.C. 109 Lip. 2 P. 25 ARROZ A LA MILANESA (con magro cerdo, champiñón, pimiento y bacon) ENSALADA COMPLETA (lechuga, tomate, atún, huevo, aceitunas) PLATANO PAN			
23 KCal. 802 H.C. 86 Lip. 40 P. 27 SOPA MARAVILLA CON FUMET DE PESCADO 4 PILOTES SÓN DE BONES (albondigas ternera-cerdo, almedra, tomate, pimiento, patata) • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ MANZANA PAN	24 KCal. 683 H.C. 92 Lip. 27 P. 19 MACARRONES ECOLOGICOS CON TOMATE BACALAO REBOZADO MARINERA (caldo pescado, cebolla, tomate, guisantes) • Guarnición: ENSALADA CON COL FRESAS PAN	25 KCal. 696 H.C. 67 Lip. 37 P. 23 PURE DE ALUBIAS CON CALABAZA Y BROCOLI LOMO EN SALSA DE NARANJA (zanahoria, cebolla, naranja) • Guarnición: ENSALADA CON ESPARRAGOS PLATANO PAN	26 KCal. 866 H.C. 121 Lip. 24 P. 19 ARROZ TRES DELICIAS (con maiz, zanahoria, jamón y guisantes) ROLLITO PRIMAVERA CON SALSA AGRIDULCE • Guarnición: ENSALADA CON TOMATE Y LECHUGA FLAN CHINO DE VAINILLA PAN	27 KCal. 707 H.C. 88 Lip. 29 P. 28 GARBANZOS CASEROS (con cebolla, tomate, espinaca y zanahoria) TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN • Guarnición: ENSALADA CON APIO NARANJA PAN
30 KCal. 714 H.C. 70 Lip. 41 P. 21 HERVIDO VALENCIANO con patata, cebolla, zanahoria y judía verde LOMO ADOBADO CON SALSA DE TOMATE • Guarnición: ENSALADA CON MAIZ KIWI PAN	31 KCal. 714 H.C. 104 Lip. 27 P. 20 CARACOLILLOS BOLONESA (magro picado, tomate, cebolla, zanahoria) ENSALADA TROPICAL (lechuga, pipas, piña, palitos de cangrejo) • QUESO RALLADO GUARNICION 1º PLATO NARANJA PAN			