

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
-DÍA 1 - Crema de puerro y zanahoria Rombos de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan				-DÍA 2 - Lentejas a la riojana Tortilla Española con lechuga y zanahoria Yogur sabor y pan				-DÍA 3 - Arroz blanco con salsa de tomate Albóndigas de ternera en salsa con guisantes y patatas Fruta y pan				-DÍA 4 - Sopa de cocido Cocido madrileño completo Yogur sabor y pan				-DÍA 5 - Guiso de la abuela Filete de merluza a la italiana Fruta y pan			
Kcal:606	Prot:20	Lip:23	HC:78	Kcal:668	Prot:29	Lip:22	HC:79	Kcal:794	Prot:22	Lip:29	HC:102	Kcal:710	Prot:37	Lip:20	HC:88	Kcal:452	Prot:26	Lip:12	HC:58
-DÍA 8 - Coditos con salsa de tomate y daditos de calabacín Cinta de lomo adobada en salsa con champiñones Yogur líquido y pan				-DÍA 9 - Sopa de picadillo Hamburguesa de pollo a la plancha con lechuga Fruta y pan				-DÍA 10 - Judías pintas a la hortelana Filete de merluza en salsa de tomate con daditos de zanahoria Fruta y pan				-DÍA 11 - Crema de verduras Ragout de ternera en salsa casera con calabacín y patatas Fruta y pan				FESTIVO			
Kcal:822	Prot:36	Lip:35	HC:88	Kcal:487	Prot:33	Lip:15	HC:54	Kcal:498	Prot:30	Lip:11	HC:60	Kcal:602	Prot:39	Lip:21	HC:63				
-DÍA 15 - Lentejas con arroz Salchichas de pavo con jardinera de verduras Fruta y pan				-DÍA 16 - Brócoli con queso Hamburguesa de ternera al Stroganoff Gelatina de sabores y pan				-DÍA 17 - Macarrones con tomate y picadillo de chorizo Filete de merluza en salsa de melocotón Fruta y pan				-DÍA 18 - Garbanzos con espinacas Tortilla española con lechuga y maíz Fruta y pan				-DÍA 19 - Arroz tres delicias Filete de pollo empanado con lechuga y zanahoria Yogur sabor y pan			
Kcal:651	Prot:33	Lip:22	HC:74	Kcal:564	Prot:27	Lip:25	HC:48	Kcal:602	Prot:27	Lip:19	HC:81	Kcal:663	Prot:23	Lip:23	HC:82	Kcal:709	Prot:33	Lip:17	HC:104
-DÍA 22 - Crema de calabaza y queso Ragout de pavo en salsa casera con patata cuadro Fruta y pan				-DÍA 23 - Alubias blancas a la hortelana Lomo en salsa de manzana con daditos de calabacín Natillas de vainilla y pan				-DÍA 24 - Espirales a la boloñesa Filete de merluza al pil pil Fruta y pan				-DÍA 25 - Patatas a la riojana Pollo asado con champiñones Yogur sabor y pan				-DÍA 26 - Lentejas estofadas con verduras Tortilla española francesa con lechuga y maíz Fruta y pan			
Kcal:553	Prot:46	Lip:11	HC:64	Kcal:803	Prot:48	Lip:40	HC:53	Kcal:665	Prot:33	Lip:18	HC:88	Kcal:585	Prot:31	Lip:23	HC:61	Kcal:577	Prot:26	Lip:16	HC:77
-DÍA 29 - Judías verdes a la rondeña Filete de Merluza en salsa con patata panadera Fruta y pan				-DÍA 30 - Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta y pan				-DÍA 31 - Arroz con salsa de tomate Huevos Villarroy con lechuga Fruta y pan				MENÚ BASAL NIÑOS ESCUELA INFANTIL SOLETES OCTUBRE 2018 							
Kcal:394	Prot:24	Lip:14	HC:40	Kcal:686	Prot:33	Lip:20	HC:87	Kcal:683	Prot:12	Lip:21	HC:109								

Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, pueden solicitar información de las sustancias que pueden causar alergias y /o intolerancias



