



















ESCUELA INFANTIL LOS SOLETES - MARZO 2020



LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
-DÍA 2- Salteado de brócoli y zanahoria Magro de cerdo en salsa con verduritas y patatas Fruta y pan				-DÍA 3- Lentejas con verduras Filete de merluza en salsa Fruta y pan				-DÍA 4- Coditos con salsa de tomate y calabacín Filete de pollo en salsa Yogur natural y pan				-DÍA 5- Alubias blancas a la riojana Tortilla francesa con daditos de zanahoria Fruta y pan				-DÍA 6- Patatas guisadas con verduras Filete de bacalao rebozado con lechuga y remolacha Fruta y pan			
Kcal:537	Prof:41	Lip:19	HC:48	Kcal:601	Prof:33	Lip:18	HC:70	Kcal:738	Prof:42	Lip:24	HC:86	Kcal:598	Prof:27	Lip:19	HC:73	Kcal:621	Prof:19	Lip:26	HC:76
-DÍA 9- Crema de zanahoria y patatas Albóndigas de burger meat mixta en salsa con champiñones y guisantes Fruta y pan				-DÍA 10- Arroz con salsa de tomate Ragout de pavo en salsa con zanahoria baby Fruta y pan				-DÍA 11- Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Filete de merluza en salsa de tomate con patata cuadro Fruta y pan				-DÍA 12- Sopa de estrellitas Cinta de lomo adobada con jardinera de verduras Yogur natural y pan				-DÍA 13- Judías pintas a la hortelana Tortilla española con daditos De calabaza Fruta y pan			
Kcal:588	Prof:22	Lip:26	HC:63	Kcal:651	Prof:30	Lip:18	HC:92	Kcal:615	Prof:32	Lip:19	HC:72	Kcal:561	Prof:43	Lip:14	HC:63	Kcal:621	Prof:23	Lip:20	HC:74
-DÍA 16- Farfalle/Pasta a la napolitana Filete de merluza al pil pil Fruta y pan				-DÍA 17- Alubias blancas a la hortelana Pechuga de pavo al horno con calabacín Yogur líquido y pan				-DÍA 18- Guisantes rehogados con cebolla San jacob con lechuga Fruta y pan				-DÍA 19- Lentejas con verduras Jamoncitos de pollo con patatas Fruta y pan				-DÍA 20- Arroz con tomate Filete de merluza al horno con huevo duro Fruta y pan			
Kcal:673	Prof:30	Lip:19	HC:92	Kcal:661	Prof:53	Lip:16	HC:67	Kcal:687	Prof:16	Lip:68	HC:69	Kcal:727	Prof:37	Lip:28	HC:74	Kcal:740	Prof:16	Lip:27	HC:107
-DÍA 23- Fideua con verduritas Tortilla francesa de espinacas con lechuga y remolacha Fruta y pan				-DÍA 24- Patatas guisadas en salsa verde Filete de bacalao rebozado Fruta y pan				-DÍA 25- Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta y pan				-DÍA 26- Judías verdes con ajito y zanahoria Hamburguesa de burger meat mixta con pisto de verduras Yogur natural y pan				-DÍA 27- Alubias pintas con arroz Rombos de merluza a la gallega Con daditos de calabacín Fruta y pan			
Kcal:594	Prof:19	Lip:15	HC:96	Kcal:569	Prof:28	Lip:18	HC:73	Kcal:686	Prof:33	Lip:20	HC:87	Kcal:583	Prof:26	Lip:21	HC:44	Kcal:757	Prof:29	Lip:23	HC:98
-DÍA 30- Crema de puerro Salchichas de pavo con jardinera De verduras Fruta y pan				-DÍA 31- Lentejas con arroz Filete de merluza en salsa con daditos de zanahoria Fruta y pan				 <p>MENÚ BASAL MARZO 2020</p> <p>Menú neurosaludable  Producto ecológico </p> <p> Applus® CERTIFICACIÓN TECNOLÓGICA ISO 9001 ACREDITADO POR ENAC</p> <p>ESCUELA INFANTIL LOS SOLETES</p>											
Kcal:496	Prof:21	Lip:15	HC:66	Kcal:579	Prof:37	Lip:14	HC:69												

GLUTEN 	HUEVO 	PESCADO 	MOLUSCO 	SOJA 	ALTRAMUCES 	LECHE 	SÉSAMO 	FRUTOS DE CÁSCARA 	APIO 	MOSTAZA 	SULFITOS 	CACAHUETE 	CRUSTÁCEOS 
--	---	---	---	--	--	--	--	---	--	---	--	---	--

Atendiendo al Reglamento (UE) n° 1169/2011, pueden solicitar información de las sustancias que pueden causar alergias o intolerancias

Este menú ha sido valorado por el Departamento de Nutrición e Higiene Alimentaria (R.S. 2610104-M/ ISO 9001: 2008 N° EC-2930/07).