

Menú 1er Ciclo Infantil 1 Año - Enero

CURSO 24-25

		MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
		Puré de calabacín con merluza Burguer meat en salsa de cebolla Patatas fritas Fruta	Crema de lentejas con jamón Tortilla de papas Ensalada de zanahoria Yogur o fruta	Puré de verduras con ternera Pollo asado Arroz tres delicias Fruta
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Crema de calabaza y huevo Merluza al ajillo Ensalada con espárragos Fruta	Puré de verduras con merluza Filete de pollo en salsa de pimiento Patatas fritas Fruta	Crema de zanahorias con jamón Abadejo en salsa verde Arroz con pollo Fruta	Puré de verduras y pavo Estofado de cerdo Verduras salteadas Yogur o fruta	Crema de habichuelas y merluza Tortilla francesa Ensalada mixta Fruta
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Puré de puerros y merluza Filete de cerdo al horno Patatas panaderas asadas Fruta	Crema de lentejas con pavo Tortilla de jamón Ensalada de manzana Fruta	Crema de calabaza y jamón Abadejo al horno Ensalada mixta Fruta ecológica	Puré de calabacín con huevo Pollo asado Macarrones con tomate Yogur o fruta	Crema de alubias pintas y pollo Merluza al pimentón Tomates aliñados Fruta
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
Crema de verduras con ternera Merluza al horno Ensalada mixta Fruta	Crema de alubias con pavo Pollo al ajillo Arroz integral Fruta	Puré de zanahorias con huevo Ropa vieja Papas a cuadros Fruta ecológica	Puré de calabaza con jamón Abadejo asado Cous cous con verduras Yogur o fruta	Crema de puerros con merluza Tortilla francesa Ensalada con espárragos Fruta

Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE ENERO

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	Recomendaciones para la cena
Miércoles 8	747	24	73,4	37	Arroz,pasta o papa,pescado o huevo y fruta o lácteo
Jueves 9	761	34,1	77	30,9	Vegetales crudos o cocidos,pescado o carne y fruta
Viernes 10	777	33,3	91,5	29,3	Vegetales crudos o cocidos ,huevo o pescado y fruta o lácteo
Sábado 11					
Domingo 12					
Lunes 13	832	26	90,7	37,9	Vegetales crudos o cocidos ,carne o huevo y fruta o lácteo
Martes 14	746	29,9	69,4	36,2	Arroz, pasta o papa ,pescado o huevo y fruta o lácteo
Miércoles 15	746	31,7	106	19,5	Vegetales crudos o cocidos,carne o huevo y fruta o lácteo
Jueves 16	667	40	69	23,2	Vegetales crudos o cocidos,pescado o huevo y fruta
Viernes 17	668	19,4	55,4	38,3	Arroz, pasta o patata ,pescado o carne y fruta o lácteo
Sábado 18					
Domingo 19					
Lunes 20	708	16,3	94,9	33,3	Arroz, pasta o papa ,pescado o huevo y fruta o lácteo
Martes 21	693	28,3	78,6	25,1	Vegetales crudos o cocidos, pescado o carne y fruta o lácteo
Miércoles 22	797	41,8	96,9	24,8	Vegetales crudos o cocidos,carne o huevo y fruta o lácteo
Jueves 23	752	37,9	75,2	31,3	Vegetales crudos o cocidos,pescado o huevo y fruta
Viernes 24	765	38,5	91,4	26,6	Vegetales crudos o cocidos,carne o huevo,fruta o lácteo
Sábado 25					
Domingo 26					
Lunes 27	744	39	83,7	25	Vegetales crudos o cocidos,carne o huevo y fruta o lácteo
Martes 28	793	40,3	66,9	36	Vegetales crudos o cocidos, pescado o huevo y fruta o lácteo
Miércoles 29	848	38,5	100	29,5	Vegetales crudos o cocidos,pescado o huevo y fruta o lácteo
Jueves 30	557	29	59,6	20,4	Arroz, pasta o papa,carne o huevo y fruta
Viernes 31	710	18,6	88,1	29,9	Vegetales crudos o cocidos ,carne o pescado y fruta o lácteo