

MENÚ INFANTIL ESTÁNDAR



NOVIEMBRE 2014



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>3</p> <p>Lentejas estofadas Anillas de calamar con ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>4</p> <p>Puchero Andaluz Lomo adobado (1) a la plancha con zanahorias baby Mandarina Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>5</p> <p>Patatas con chocos Jamoncitos de pollo asados con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>6</p> <p>Alubias con calabaza Tortilla de calabacín y zanahoria con ensalada de lechuga y tomate Manzana Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>7</p> <p>Macarrones Napolitana Lenguado a la marinera con salteado de judías verdes y zanahoria Plátano Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>
<p>10</p> <p>Garbanzos estofados Croquetas de atún con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>11</p> <p>Arroz a la milanesa (2) Merluza en salsa verde con salteado de calabacín Plátano Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>12</p> <p>Lentejas con zanahoria y calabacín Salchichas Frankfurt al horno (1) con tomate aliñado Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>13</p> <p>Espirales con tomate y queso Albóndigas de pollo en salsa con guisantes y zanahoria Pera Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>14</p> <p>Crema de puerros y zanahorias Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla Manzana Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>
<p>17</p> <p>Puchero Andaluz Hamburguesa de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>18</p> <p>Arroz con salsa de tomate (3) Revuelto de judías verdes con pavo Mandarina Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>19</p> <p>Alubias con calabaza Croquetas del puchero con ensalada de lechuga y tomate Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>20</p> <p>Patatas con chocos Lenguado en salsa verde con guisantes Naranja Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>21</p> <p>Sopa de ave con fideos Merluza a la Roteña con zanahorias baby Pera Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>
<p>24</p> <p>Espirales a la carbonara Magro de cerdo a la jardinera (4) con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>24</p> <p>Lentejas con chorizo (5) Albóndigas de pollo en tomate con judías verdes saletadas Naranja Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>26</p> <p>Patatas con magro de cerdo (6) Croquetas de atún con ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>27</p> <p>Garbanzos estofados Tilapia a la Bilbaína con menestra Plátano Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>	<p>28</p> <p>Puré de calabacín y zanahoria Tortilla de patatas con tomate aliñado Manzana Pan y agua</p> <p>kcal: P: HC: L:</p>



Susana Foix Luna
Dietista-Nutricionista
Colegiada AND-00277

Menú "SIN CERDO"

- (1) Pavo plancha
(2) Arroz 3 delicias
(3) Sin Frankfurt
(4) Lenguado al vapor

Menú "SIN CARNE ADOBADA"

- (1) Pavo plancha
(5) Sin chorizo

