

MENÚ INFANTIL ESTÁNDAR



OCTUBRE 2014



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



		<p>1</p> <p>Puré de calabacín y zanahoria Magro de cerdo a la jardinera con ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: 522,7 P: 19,6 HC: 65,1 L: 20,4</p>	<p>2</p> <p>Garbanzos estofados Panga a la Bilbaína con menestra Plátano Pan y agua</p> <p>kcal: 477,3 P: 21,9 HC: 60,7 L: 16,1</p>	<p>3</p> <p>Espirales a la carbonara Tortilla de patatas (6) con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Manzana Pan y agua</p> <p>kcal: 514,4 P: 22,7 HC: 64,7 L: 18,2</p>
<p>6</p> <p>Puchero Andaluz Lomo adobado (1) a la plancha con zanahorias baby Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: 527,4 P: 25 HC: 76,5 L: 13,7</p>	<p>7</p> <p>Alubias con calabaza Tortilla de calabacín y zanahoria con ensalada de lechuga y tomate Manzana Pan y agua</p> <p>kcal: 490 P: 22,6 HC: 58,6 L: 17,8</p>	<p>8</p> <p>Macarrones Napolitana Lenguado a la marinera con salteado de calabacín Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: 523,2 P: 24,5 HC: 66,1 L: 17,9</p>	<p>9</p> <p>Lentejas estofadas Merluza rebozada con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas negras Mandarinas Pan y agua</p> <p>kcal: 474,6 P: 24,6 HC: 55,2 L: 16,7</p>	<p>10</p> <p>Patatas con chocos Lagrimitas de pollo con salteado de judías verdes y zanahorias Plátano Pan y agua</p> <p>kcal: 512,7 P: 24,9 HC: 62,9 L: 18,2</p>
<p>FESTIVO</p>	<p>14</p> <p>Garbanzos estofados Palitos de merluza con ensalada de lechuga, tomate y maíz Plátano Pan y agua</p> <p>kcal: 489,2 P: 20,7 HC: 63,3 L: 16,7</p>	<p>15</p> <p>Patatas con magro de cerdo (2) Cazón en tomate con judías verdes saltadas Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: 507,6 P: 25,8 HC: 59,7 L: 18,7</p>	<p>16</p> <p>Crema de puerros y zanahorias Salchichas Frankfurt al horno (1) con patatas panaderas Pera Pan y agua</p> <p>kcal: 484,4 P: 13,4 HC: 64,5 L: 18,7</p>	<p>17</p> <p>Lentejas con zanahoria y calabacín Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Manzana Pan y agua</p> <p>kcal: 534,3 P: 23,9 HC: 63,4 L: 20,6</p>
<p>20</p> <p>Alubias con calabaza Lagrimitas de pollo con ensalada de lechuga y tomate Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: 509,3 P: 26,1 HC: 60,1 L: 18,4</p>	<p>21</p> <p>Arroz con salsa de tomate (3) Revuelto de judías verdes con pavo Mandarina Pan y agua</p> <p>kcal: 516,5 P: 19 HC: 72,5 L: 16,4</p>	<p>22</p> <p>Sopa de ave con fideos Merluza a la Roteña con zanahorias baby Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: 498,6 P: 25 HC: 67,2 L: 14,6</p>	<p>23</p> <p>Patatas con chocos Lenguado en salsa verde con guisantes Naranja Pan y agua</p> <p>kcal: 473,9 P: 28,5 HC: 60 L: 12,7</p>	<p>24</p> <p>Puchero Andaluz Albóndigas de pollo en tomate con ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas negras Pera Pan y agua</p> <p>kcal: 532 P: 28,2 HC: 69,7 L: 15,8</p>
<p>27</p> <p>Lentejas con chorizo (4) Hamburguesa de pollo con judías verdes saletadas Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: 507,2 P: 29,7 HC: 58,5 L: 17,5</p>	<p>28</p> <p>Arroz a la milanesa (5) Merluza en salsa verde con guisantes Naranja Pan y agua</p> <p>kcal: 507,7 P: 25 HC: 67 L: 15</p>	<p>29</p> <p>Puré de calabacín y zanahoria Magro de cerdo a la jardinera con ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Yogur Pan y agua</p> <p>kcal: 522,7 P: 19,6 HC: 65,1 L: 20,4</p>	<p>30</p> <p>Garbanzos estofados Panga a la Bilbaína con menestra Plátano Pan y agua</p> <p>kcal: 477,3 P: 21,9 HC: 60,7 L: 16,1</p>	<p>31</p> <p>Espirales a la carbonara Tortilla de patatas (6) con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Manzana Pan y agua</p> <p>kcal: 514,4 P: 22,7 HC: 64,7 L: 18,2</p>



Susana Foix Luna
Dietista-Nutricionista
Colegiada AND-00277

Menú "SIN CERDO"

- (1) Pavo plancha
(2) Patatas estofadas con ternera
(4) Sin chorizo
(5) Arroz tres delicias

Menú "SIN CARNE ADOBADA"

- (1) Pavo plancha

