Octubre 2020

NBASAL: BASAL

INFANTIL / COMIDA / TURNO 01

C.P. ERRENIEGA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 KCal. 551 H.C. 80 Lip. 13 P. 29 ESPIRALES FRESCOS CON HUEVO DURO ABADEJO AL HORNO CON VERDURITAS FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**2** KCal. 651 H.C. 68 Lip. 29 P. 32 CREMA DE CALABACÍN FILETE DE TERNERA EN SALSA • LECHUGA GUARNICIÓN YOGUR PAN MIFIBRA
5 KCal. 516 H.C. 45 Lip. 26 P. 25 JUDÍA VERDE ECOLÓGICA CON PATATA FILETE RUSO CON CHAMPIÑONES FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**6** KCal. 538 H.C. 62 Lip. 19 P. 29 SOPA DE QUINOA POLLO GUISADO CON PIMIENTOS • LECHUGA Y MAÍZ GUARNICIÓN FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**7** KCal. 527 H.C. 71 Lip. 15 P. 28 LENTEJAS CON ARROZ FILETE DE MERLUZA EN SALSA DE CHIPIRONES • LECHUGA GUARNICIÓN FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**8** KCal. 573 H.C. 99 Lip. 12 P. 19 CREMA DE PUERROS MACARRONES FRESCOS CON TOMATE YOGUR PAN MIFIBRA	**9** KCal. 719 H.C. 99 Lip. 26 P. 26 GARBANZOS CON PIMIENTO VERDE Y HUEVO DURO CROQUETAS DE BACALAO • GUARNICIÓN LECHUGA FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA
	13 KCal. 560 H.C. 57 Lip. 24 P. 30 BORRAJA CON REFRITO LOMO ADOBADO CON PISTO • LECHUGA GUARNICIÓN YOGUR PAN MIFIBRA	**14** KCal. 700 H.C. 102 Lip. 22 P. 28 ARROZ CON TOMATE MUSLO DE POLLO ASADO • GUARNICIÓN LECHUGA FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**15** KCal. 503 H.C. 72 Lip. 17 P. 16 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATA AUSOLAN • GUARNICIÓN LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**16** KCal. 568 H.C. 77 Lip. 16 P. 32 ALUBIA PINTA CON VERDURAS FILETE DE MERLUZA REBOZADA • GUARNICIÓN LIMÓN FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA
19 KCal. 662 H.C. 103 Lip. 17 P. 28 ARROZ A LA CUBANA ABADEJO AL HORNO CON VERDURITAS FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**20** KCal. 629 H.C. 72 Lip. 22 P. 37 LENTEJAS CON PUERRO Y ZANAHORIA LOMO FRESCO EN SALSA DE VERDURAS FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**21** KCal. 686 H.C. 100 Lip. 26 P. 19 ENSALADA MIXTA CODITOS CON ATÚN FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**22** KCal. 652 H.C. 75 Lip. 31 P. 41 ALUBIA BLANCA POCHA FILETE DE LIMANDA REBOZADA • GUARNICIÓN LECHUGA FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**23** KCal. 648 H.C. 67 Lip. 25 P. 40 CREMA DE CALABAZA GUISADO DE TERNERA • LECHUGA GUARNICIÓN YOGUR PAN MIFIBRA
26 KCal. 577 H.C. 53 Lip. 29 P. 27 JUDÍA VERDE REDONDA ALBÓNDIGAS EN SALSA FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**27** KCal. 545 H.C. 47 Lip. 25 P. 33 SOPA DE ARROZ FILETE DE POLLO EN SALSA # • LECHUGA GUARNICIÓN FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**28** KCal. 602 H.C. 80 Lip. 16 P. 37 GARBANZOS VIUDOS BACALAO CON TOMATE CASERO FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA	**29** KCal. 543 H.C. 68 Lip. 21 P. 21 CREMA DE ESPINACAS CON QUESO RALLADO TORTILLA DE PATATA Y BONIATO AUSOLAN • GUARNICIÓN LECHUGA YOGUR PAN MIFIBRA	**30** KCal. 661 H.C. 79 Lip. 26 P. 26 MACARRONES FRESCOS CON TOMATE FILETE DE MERLUZA REBOZADA • GUARNICIÓN LECHUGA FRUTA FRESCA PAN MIFIBRA

Los platos subrayados y resaltados con color son los que no coinciden con el menú basal. Los menús están supervisados por profesionales con formación en Nutrición Humana y Dietética.

08/10/2020 21.46.53