

MENÚ NOVIEMBRE 2020

MENÚ INFANTIL- PRIMARIA

LUNES



2

9

16

23

30

MARTES

3

Arroz con tomate
Delicias de bacalao con ensalada mixta (1,2,3,4,12,13)
Fruta de temporada

Kcal
620 Prot
28 Lip
11 HC
103

10

Lentejas caseras con verduritas
Tortilla francesa con loncha de pavo (3,6)

Kcal
625 Prot
36 Lip
18 HC
83

17

Espaguetis con tomate y queso rallado (1,3,7)
Filete de pescadilla con ensalada mixta (1,2,3,4,12,13)

Kcal
668 Prot
29 Lip
15 HC
105

24

Crema de verduras natural
Rabas de calamar con ensalada mixta (1,2,3,4,7,8,12,13)

Kcal
600 Prot
20 Lip
22 HC
85

25

Sopa de cocido (1,3)
Complemento de cocido: Morcillo, chorizo, repollo, garbanzos, pollo

Kcal
611 Prot
25 Lip
18 HC
92

MIÉRCOLES

4

Crema de judías verdes , patata y zanahorias
Revuelto de huevo campero (3,6)

Kcal
602 Prot
21 Lip
26 HC
74

11

Fruta de temporada
Albóndigas de ternera con arroz blanco (1,6)

Kcal
699 Prot
18 Lip
32 HC
87

18

Fruta de temporada
Roti de pavo braseado con puré (6,7,12)

Kcal
716 Prot
44 Lip
25 HC
82

25

Fruta de temporada
Complemento de cocido: Morcillo, chorizo, repollo, garbanzos, pollo

Kcal
611 Prot
25 Lip
18 HC
92

JUEVES

5

Sopa de cocido (1,3)
Complemento de cocido: Morcillo, chorizo, repollo, garbanzos, pollo

Kcal
611 Prot
25 Lip
18 HC
92

12

Fruta de temporada
Patatas guisadas con pollo

Kcal
601 Prot
47 Lip
15 HC
69

19

Fruta de temporada
Merluza napolitana con ensalada mixta (1,2,3,4,12,13)

Kcal
617 Prot
20 Lip
32 HC
65

26

Fruta de temporada
Estofado de ternera a la jardinera

Kcal
606 Prot
52 Lip
19 HC
55

27

Fruta de temporada
Cachelos de salmón con ensalada mixta (1,2,3,4,12,13)

Kcal
631 Prot
30 Lip
23 HC
77

VIERNES

6

Crema de calabacín
Lardones de pollo al limón con patatas al horno

Kcal
600 Prot
36 Lip
16 HC
81

13

Sopa de verduras con lluvia de letras (1,3)
Lomo Sajonia plancha con ensalada mixta (6,12)

Kcal
600 Prot
30 Lip
14 HC
92

Fruta de temporada
Emblanco malagueño con arroz y patatas

Kcal
615 Prot
40 Lip
14 HC
82

