

MENÚ TRITURADO MAYO

ALÉRGENOS SEGÚN REGLAMENTO 1169/2011



1º SEMANA

1º PLATO
2º PLATO
PAN Y POSTRE



2º SEMANA

1º PLATO
2º PLATO
PAN Y POSTRE

LUNES 4

TRITURADO DE ARROZ CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
PAN Y YOGURT
Kcal: 615, Prot: 9, Lipi:10, HC: 50

MARTES 5

TRITURADO DE ALUBIAS
HAMBURGUESA DE TERNERA
PAN Y FRUTA
Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54

MIÉRCOLES 6

CREMA DE VERDURAS
MERLUZA AL AJILLO
PAN Y YOGURT
Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52

JUEVES 7

TRITURADO DE GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS
LOMO EN SALSA
PAN Y FRUTA
Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54

VIERNES 8

CREMA DE JUDIAS VERDES
BOCADITOS DE BACALAO
PAN Y NATILLA
Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52

3º SEMANA

1º PLATO
2º PLATO
PAN Y POSTRE

LUNES 11

TRITURADO DE LENTEJAS CON VERDURAS
MOMENTISIMO DE POLLO
PAN Y YOGURT
Kcal: 665, Prot: 17, Lipi:22, HC: 53

MARTES 12

TRITURADO DE PATATAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
PAN Y FRUTA
Kcal: 637, Prot: 18, Lipi:20, HC: 50

MIÉRCOLES 13

TRITURADO DE ARROZ A LA JARDINERA
ALBÓNDIGAS DE POLLO
PAN Y YOGURT
Kcal: 634, Prot: 17, Lipi:22,HC: 53

JUEVES 14

CREMA DE VERDURAS
SALMÓN EN SALSA DE ENEDLO
PAN Y FRUTA
Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52

VIERNES 15

CREMA DE ZANAHORIA
CHICKEN POPS
PAN Y NATILLA
Kcal: 615, Prot: 9, Lipi:10, HC: 50

4º SEMANA

1º PLATO
2º PLATO
PAN Y POSTRE

LUNES 18

TRITURADO DE ARROZ DE LA HUERTA
LOMO SAJONIA EN SALSA
PAN Y YOGURT
Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54

MARTES 19

TRITURADO DE PATATAS CON VERDURAS
BACALAO EN SALSA
PAN Y FRUTA
Kcal: 646, Prot: 18, Lipi:25, HC: 56

MIÉRCOLES 20

TRITURADO DE ALUBIAS CON CALABAZA
CHURRASQUO DE POLLO ADOBADO
PAN Y YOGURT
Kcal: 645, Prot: 18, Lipi:20 HC: 57

JUEVES 21

CREMA DE VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
PAN Y YOGURT
Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54

VIERNES 22

CREMA DE CALABACÍN
VARITAS DE MERLUZA
PAN Y NATILLA
Kcal: 620, Prot: 8, Lipi:14 HC: 52

5º SEMANA

1º PLATO
2º PLATO
PAN Y POSTRE

LUNES 25

CREMA DE VERDURAS
LOMO A LA CASTELLANA
PAN Y YOGURT
Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54

MARTES 26

TRITURADO DE LENTEJAS CON CHORIZO
TORTILLA FRANCESA
PAN Y FRUTA
Kcal: 625, Prot: 17, Lipi:22, HC: 52

MIÉRCOLES 27

TRITURADO PATATAS GUIADAS CON VERDURAS
LENGUADO EN SALSA VERDE
PAN Y YOGURT
Kcal: 620, Prot: 8, Lipi:14 HC: 52

JUEVES 28

TRITURADO DE PUCHERO CON ARROZ
HAMBURGUESA DE POLLO
PAN Y FRUTA
Kcal: 625, Prot: 19, Lipi:22,HC: 54

VIERNES 29

CREMA DE CALABAZA
CROQUETAS DEL COCIDO
PAN Y NATILLA
Kcal: 615, Prot: 9, Lipi:10, HC: 50