Noviembre 2021

EMU00001: NO CERDO

INFANTIL / COMIDA / INFANTIL

CEP JUAN ZARAGUETA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	2 KCal. 949 H.C. 131 Lip. 40 P. 26	**3** KCal. 773 H.C. 91 Lip. 23 P. 56	**4** KCal. 676 H.C. 73 Lip. 34 P. 25	**5** KCal. 772 H.C. 113 Lip. 25 P. 30
	ESPIRALES CON TOMATE	ALUBIAS PINTAS	PURE DE VERDURAS	LENTEJAS CON PUERRO Y CALABAZA
	TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN AL HORNO • LECHUGA	GUISADO DE TERNERA CON SALTEADO DE VERDURAS	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • MAHONESA	LASAÑA DE VERDURA • ZANAHORIA RALLADA
	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
8 KCal. 764 H.C. 133 Lip. 22 P. 17	**9** KCal. 860 H.C. 98 Lip. 40 P. 34	**10** KCal. 643 H.C. 89 Lip. 19 P. 33	**11** KCal. 694 H.C. 71 Lip. 36 P. 27	**12** KCal. 817 H.C. 111 Lip. 22 P. 51
PURE DE COLIFLOR ECOLOGICA	GARBANZOS	SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS	ACELGAS CON PATATAS	ALUBIAS BLANCAS
PAELLA VEGETAL	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • TOMATE FRESCO	FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA CON VERDURITAS	MERLUZA FRESCA A LA ROMANA • LECHUGA	ESCALOPE DE POLLO CON SALSA AGRIDULCE Y VERDURITAS ASIATICAS
FRUTA PAN INTEGRAL	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
15 KCal. 923 H.C. 129 Lip. 37 P. 28	**16** KCal. 796 H.C. 100 Lip. 24 P. 52	**17** KCal. 590 H.C. 64 Lip. 25 P. 29	**18** KCal. 824 H.C. 110 Lip. 27 P. 38	**19** KCal. 729 H.C. 86 Lip. 30 P. 33
CARACOLILLOS CON TOMATE	GARBANZOS CON CALABAZA Y BERENJENA	PURE DE ZANAHORIA	PATATAS GUISADAS CON TERNERA	JUDIAS VERDES CON PATATAS
TORTILLA DE PATATAS Y BACALAO AL HORNO • ZANAHORIA RALLADA	GUISADO DE TERNERA CON SALTEADO DE VERDURAS	MUSLO DE POLLO ASADO • ENSALADA CUATRO ESTACIONES	BACALAO CON TOMATE	ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSA CON GUISANTES
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	YOGUR PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
22 KCal. 746 H.C. 87 Lip. 27 P. 44	**23** KCal. 768 H.C. 99 Lip. 32 P. 29	**24** KCal. 713 H.C. 99 Lip. 15 P. 52	**25** KCal. 747 H.C. 79 Lip. 35 P. 34	**26** KCal. 896 H.C. 110 Lip. 31 P. 50
SOPA DE AVE Y COCIDO CON FIDEO ECOLOGICO	ENSALADA DE ARROZ CON VEGETALES	LENTEJAS A LA CASTELLANA	PURE DE CALABAZA	ALUBIAS PINTAS
PECHUGA DE POLLO EMPANADA EN SALSA DE CHAMPIÑON	FILETE DE MERLUZA AL HORNO • TOMATE FRESCO	GUISADO DE PAVO CON PATATAS	FILETE DE TERNERA EMPANADO • LECHUGA	PALOMETA EN SALSA DE PIMIENTOS CON GUISANTES
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN	FLAN DE VAINILLA PAN	FRUTA PAN	FRUTA PAN
29 KCal. 749 H.C. 115 Lip. 23 P. 27	**30** KCal. 938 H.C. 129 Lip. 40 P. 26			
PAELLA VEGETAL	ESPIRALES CON TOMATE			
FILETE DE MERLUZA AL HORNO • LIMON	TORTILLA DE PATATAS AL HORNO • LECHUGA			
FRUTA PAN INTEGRAL	FRUTA PAN			

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal. (TRANSPORTADO: en los anafilácticos y celiacos los platos resaltados son la alternativa al menú celiaco)

26/10/2021 12.28.49