

## MENÚ ENERO 2019

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Día 7	Día 8	Día 9	Día 10	Día 11
¡Feliz Año Nuevo!	Patatas a la marinera San Jacobo con ensalada de remolacha Pan-manzana-leche	Paella mixta Tortilla de queso con ensalada de zanahoria Pan-mandarina-lácteo	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo. Pan-plátano-leche	Crema de calabaza Pollo al ajillo con ensalada de zanahoria. Pan-naranja-leche
	640Kcal. 23g Prot. 92g HC. 20g Líp.	757Kcal. 33g Prot. 82g HC. 33g Líp.	558Kcal. 32g Prot. 80g HC. 14g Líp.	560Kcal. 26g Prot. 65g HC. 22g Líp.
Día 14	Día 15	Día 16	Día 17	Día 18
Sopa de picadillo Lomo a la plancha con patatas Pan-manzana-leche	Alubias blancas con chorizo Emperador a la plancha con ensalada de zanahorias Pan-pera-leche	Crema de zanahorias Carne de magro en salsa y ensalada de atún Pan-naranja-leche	Espirales a la italiana Salmón al vapor con patatas y ensalada de remolacha Pan-plátano-leche	Lentejas castellanas Tortilla de patatas con ensalada de zanahorias Pan-mandarina-leche
619Kcal. 30g Prot. 88g HC. 19g Líp.	512Kcal. 28g Prot. 44g HC. 25g Líp.	544Kcal. 30g Prot. 63g HC. 21g Líp.	703Kcal. 33g Prot. 82g HC. 27g Líp.	624Kcal. 30g Prot. 79g HC. 22g Líp.
Día 21	Día 22	Día 23	Día 24	Día 25
Arroz con tomate, huevos, salchichas y beicon Ensalada de atún Pan-manzana-leche	Patatas guisadas con carne Emperador empanado con ensalada de zanahoria. Pan-pera-leche	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo Pan-naranja-lácteo	Coliflor gratinada Pollo asado con patatas y ensalada de atún Pan-plátano-leche	Lentejas castellanas Rabas de calamar con ensalada de remolacha Pan-mandarina-leche
662Kcal. 37g Prot. 84g HC. 20g Líp.	674Kcal. 29g Prot. 90g HC. 22g Líp.	558Kcal. 32g Prot. 80g HC. 14g Líp.	597 Kcal. 40g Prot. 61g HC. 23g Líp.	660Kcal. 33g Prot. 84g HC. 23g Líp.
Día 28	Día 29	Día 30	Día 31	Día 1
Judías verdes con beicon y tomate Fletán empanado con ensalada de maíz Pan-manzana-leche	Paella mixta Tortilla francesa con ensalada de tomate Pan-Pera-leche	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo y tomate Pan-naranja-lácteo	Crema de zanahorias Hamburguesas con ensalada de atún Pan-plátano-leche	
719Kcal. 30g Prot. 98g HC. 23g Líp.	703Kcal. 33g Prot. 82g HC. 27g Líp.	558Kcal. 32g Prot. 80g HC. 14g Líp.	509Kcal. 26g Prot. 64g HC. 16g Líp.	

Todos los menús contienen pan y leche o lácteo y agua procedente de la Red Pública.

**INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR SOBRE LA PRESENCIA DE ALÉRGENOS SEGÚN REGLAMENTO 1169/2011**