

MENÚ ABRIL 2019

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5
Arroz con tomate, huevos, salchichas y beicon Ensalada de atún. Pan-manzana-leche 662Kcal. 37g Prot. 84gHC. 20g Líp.	Patatas a la riojana San Jacobo con ensalada de maíz. Pan-pera-leche 648Kcal. 30g Prot. 84g HC. 23g Líp	Fideuá mixta Croquetas y empanadillas con ensalada de zanahorias. Pan-mandarina-lácteo 664Kcal. 34g Prot. 84g HC. 23g Líp	Crema de calabaza Pollo al ajillo con ensalada de atún Pan-plátano-leche 509Kcal. 26g Prot.64g HC. 16g Líp.	Garbanzos a la extremeña Boquerones en tempura con ensalada de zanahorias. Pan-naranja-leche 660Kcal. 33g Prot. 84g HC. 23g Líp
Día 8	Día 9	Día 10	Día 11	Día 12
Sopa de picadillo Lomo a la plancha con patatas y ensalada de maíz. Pan-manzana-leche 576Kcal. 32g Prot. 80g HC. 16g Líp.	Alubias blancas con chorizo Emperador a la plancha con ensalada de zanahorias. Pan-pera-leche 633Kcal. 33g Prot. 84g HC. 20g Líp	Crema de zanahorias Hamburguesas con ensalada de atún Pan-naranja-lácteo 509Kcal. 26g Prot.64g HC. 16g Líp.	Lasaña de carne y verduras Rabas de calamar con ensalada de remolacha. Pan-plátano-leche 652Kcal. 33g Prot. 82g HC. 23g Líp	Lent Tort zana ensalada de irina-leche 700K 23g Líp
Día 15	Día 16	Día 17	Día 18	Día 19
Día 22	Día 23	Día 24	Día 25	Día 26
	Patatas a la riojana Emperador empanado con ensalada de zanahorias. Pan-pera-leche 674Kcal. 29g Prot. 90g HC. 22g Líp.	Arroz con tomate, huevos, salchichas y beicon Ensalada de atún. Pan-pera-lácteo 662Kcal. 37g Prot. 84gHC. 20g Líp.	Coliflor gratinada Pollo asado con patatas y ensalada de atún. Pan-plátano-leche 597 Kcal. 40g Prot. 61g HC. 23g Líp	Lentejas castellanas Rabas de calamar con ensalada de remolacha. Pan-mandarina-leche 660Kcal. 33g Prot. 84g HC. 23g Líp
Día 29	Día 30	Día 1	Día 2	Día 3
Judías verdes con beicon y tomate Fletán empanado con ensalada de maíz. Pan-manzana-leche 719Kcal. 30g Prot. 98g HC. 23g Líp	Paella mixta Tortilla de queso con ensalada de tomate. Pan-Pera-leche 703Kcal. 33g Prot. 82g HC. 27g Líp.			