



**E.I. BALADRE**  
**Curso 2022-2023**  
**Menú Basal 2-3 años**

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

Kcal 505 Glú 52 Líp 20 Pro 25  
 Tomate con aceite  
 Espaguetis integrales con tomate  
 Longanizas de pollo  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 473 Glú 50 Líp 19 Pro 23  
 Tomate con aceite  
 Potaje de garbanzos  
 Platija  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 502 Glú 53 Líp 20 Pro 24  
 Tomate con aceite  
 Arroz con pollo  
 Jamón york  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 383 Glú 47 Líp 11 Pro 22  
 Tomate con aceite  
 Sopa de cocido  
 Platija  
**Postre Fruta Pan integral**

Kcal 471 Glú 50 Líp 19 Pro 22  
 Tomate con aceite  
 Lentejas con arroz ECO  
 Tortilla francesa  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 515 Glú 52 Líp 21 Pro 26  
 Tomate con aceite  
 Potaje de garbanzos  
 Jamón serrano  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 411 Glú 46 Líp 13 Pro 24  
 Tomate con aceite  
 Sopa de pescado  
 Hamburguesa de ternera/magro  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 421 Glú 47 Líp 14 Pro 25  
 Tomate con aceite  
 Puré de verduras  
 Longanizas de pollo  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 478 Glú 53 Líp 16 Pro 27  
 Tomate con aceite  
 Arroz con verduras  
 Platija  
**Postre Fruta Pan integral**

Kcal 471 Glú 50 Líp 19 Pro 22  
 Tomate con aceite  
 Lentejas con arroz ECO  
 Tortilla francesa  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 502 Glú 53 Líp 20 Pro 24  
 Tomate con aceite  
 Potaje de alubias  
 Pavo  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 383 Glú 47 Líp 11 Pro 22  
 Tomate con aceite  
 Sopa de cocido con garbanzos  
 Platija  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 419 Glú 46 Líp 14 Pro 25  
 Tomate con aceite  
 Puré de verduras  
 Hamburguesa de pollo  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 370 Glú 47 Líp 10 Pro 22  
 Tomate con aceite  
 Sopa de pescado  
 Platija  
**Postre Fruta Pan integral**

Kcal 455 Glú 48 Líp 18 Pro 22  
 Tomate con aceite  
 Guisado de ternera  
 Queso fresco  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 503 Glú 51 Líp 21 Pro 24  
 Tomate con aceite  
 Macarrones integrales boloñesa  
 Tortilla francesa  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 408 Glú 46 Líp 13 Pro 25  
 Tomate con aceite  
 Puré de verduras  
 Hamburguesa de pollo  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 478 Glú 53 Líp 16 Pro 27  
 Tomate con aceite  
 Arroz con verduras y alubias  
 Platija  
**Postre Fruta Pan**

Kcal 424 Glú 47 Líp 14 Pro 24  
 Tomate con aceite  
 Sopa de pescado  
 Albóndigas de pollo y ternera en salsa  
**Postre Fruta Pan integral**

Kcal 473 Glú 50 Líp 19 Pro 23  
 Tomate con aceite  
 Lentejas con arroz ECO  
 Jamón serrano  
**Postre Fruta Pan**

**MERIENDA**  
 Leche con galletas

**MERIENDA**  
 Yogur con galletas

**MERIENDA**  
 Fruta

**MERIENDA**  
 Fruta

**MERIENDA**  
 Yogur con galletas

**RECOMENDACIONES DE CENA**

