

Octubre 2024

CBASAL: BASAL

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1 KCal. 644 H.C. 88 Lip. 18 P. 39

POTAJE DE GARBANZOS CON CEBOLLA ECOLOGICA (cebolla,tomate,espinacas,zanahoria)
ESCALOPINES DE LOMO EN SALSAS DE REMOLACHA Y ZANAHORIA
• Guarnición: ENSALADA CON COL
FRUTA
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

2 KCal. 739 H.C. 105 Lip. 29 P. 22

ARROZ REQUENENSE (con garbanzos, chorizo y morcilla)
ENSALADA VALENCIANA (lechuga,tomate,atún,huevo,aceitunas)
FRUTA
PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)

3 KCal. 695 H.C. 71 Lip. 36 P. 25

LENTEJAS A LA JARDINERA (guisantes,judias,zanahoria,tomate,cebolla)
TORTILLA FRANCESA
• Guarnición: ENSALADA CON SOJA
FRUTA
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

4 KCal. 725 H.C. 59 Lip. 43 P. 28

PURE VERDURAS Y HORTALIZAS (con zanahoria, cebolla y espinacas)
MUSLO DE POLLO A LA MANZANA
• Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA
FRUTA
PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)

7 KCal. 807 H.C. 91 Lip. 40 P. 28

ESPIRALES INTEGRALES CON VERDURAS
MERLUZA A LA ROMANA CON MAYONESA
• Guarnición: ENSALADA CON MAIZ
FRUTA
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

8 KCal. 557 H.C. 67 Lip. 26 P. 15

CREMA ALICIA (guisantes,calabaza,zanahoria,cebolla)
TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN
• Guarnición: ENSALADA CON COL
FRUTA ECOLOGICA
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

10 KCal. 663 H.C. 94 Lip. 23 P. 24

PAELLA VALENCIANA (con pollo,judia verde,garrofón)
ENSALADA VALENCIANA (lechuga,tomate,atún,huevo,aceitunas)
YOGUR NATURAL AZUCARADO
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

11 KCal. 715 H.C. 80 Lip. 29 P. 37

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS (cebolla ecológica,patata,tomate,zanahoria ecológica)
ALITAS DE POLLO AL AJILLO(3xrac.)
• Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA
FRUTA
PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)

14 KCal. 653 H.C. 62 Lip. 28 P. 39

GUISADO DE PATATAS CON BOLONESA DE SOJA
ABADEJO EN SALSAS DE CALABACIN CON ZANAHORIA
BABY
• Guarnición: ENSALADA CON MAIZ
FRUTA
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

15 KCal. 837 H.C. 86 Lip. 40 P. 38

GARBANZOS RIOJANA
POLLO A LA BARBACOA
• Guarnición: ENSALADA CON COL
FRUTA
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

16 KCal. 834 H.C. 135 Lip. 25 P. 26

ARROZ A LA CUBANA (con tomate frito y huevo cocido)
FIAMBRE DE PAVO 2 Y QUESO 1
• Guarnición: ENSALADA CON TOMATE
FRUTA
PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)

17 KCal. 648 H.C. 66 Lip. 36 P. 16

SOPA DE LETRAS (caldo de carne y verduras)
MERAVELLES DE L'OCEA VERD (2)NUG Y(1) FIG
• ENSALADA ARCO IRIS DE LA HUERTA
GELATINA SIN AZUCAR
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

18 KCal. 714 H.C. 96 Lip. 25 P. 28

FABADA CON VERDURAS ECO
TORTILLA DE PATATA
• Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA
FRUTA
PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)

21 KCal. 645 H.C. 64 Lip. 33 P. 27

LENTEJAS CASERAS CON BONIATO (con cebolla,tomate, zanahoria ECO i boniato)
MERLUZA AL HORNO EN SALSAS DE MANZANA ECOLOGICA
• Guarnición: ENSALADA CON MAIZ
FRUTA
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

22 KCal. 756 H.C. 103 Lip. 31 P. 22

ESPIRALES INTEGRALES MARINERA
TORTILLA FRANCESA
• Guarnición: ENSALADA CON COL
FRUTA
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

23 KCal. 625 H.C. 79 Lip. 24 P. 27

CREMA CASTELLANA CON VERDURA ECO (garbanzo, alubia, tomate, zanahoria ECO y cebolla ECO)
CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO
• Guarnición: ENSALADA CON TOMATE
FRUTA
PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)

24 KCal. 718 H.C. 102 Lip. 25 P. 26

ARROZ AL HORNO (con garbanzos,magro de cerdo y morcilla)
ENSALADA COMPLETA (lechuga,tomate,atún,huevo,aceitunas)
FRUTA
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

25 KCal. 818 H.C. 70 Lip. 51 P. 22

GUISADO DE VERDURAS CON CALABACIN ECOLOGICO
ALBONDIGAS DE TERNERA(3UN.) CON TOMATE
• Guarnición: ENSALADA CON ZANAHORIA
FRUTA
PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)

28 KCal. 760 H.C. 60 Lip. 47 P. 27

SOPA JULIANA CON PASTA
HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSAS CON CHAMPIÑON
• Guarnición: ENSALADA CON MAIZ
FRUTA
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

29 KCal. 712 H.C. 100 Lip. 23 P. 31

ALUBIAS A LA RIOJANA (chorizo,cebolla,tomate,zanahoria)
HUEVOS CON BECHAMEL(3xrac.)
• Guarnición: ENSALADA CON COL
FRUTA
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)

30 KCal. 729 H.C. 111 Lip. 25 P. 23

ARROZ CON MAGRO Y CALABAZA
ENSALADA MEDITERRANEA (lechuga,tomate,caballa,zanahoria,huevo,aceitunas)
FRUTA
PAN INTEGRAL (agua,harina integral, trigo,sal,levadura)

31 KCal. 721 H.C. 79 Lip. 27 P. 43

CREMA CASTELLANA CON VERDURA ECO (garbanzo, alubia, tomate, zanahoria ECO y cebolla ECO)
ABADEJO AL HORNO CON SALSAS DE LA HUERTA(zanahoria,cebolla,ajo).
• Guarnición: ENSALADA CON SOJA
YOGUR NATURAL AZUCARADO
PAN (harina de trigo,agua,levadura,sal)