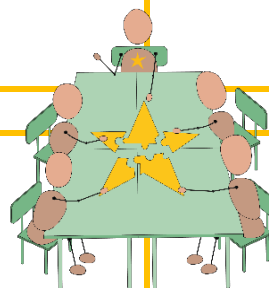


Menú INFANTIL de ENERO

CURSO 22-23

| LUNES 9 | MARTES 10 | MIÉRCOLES 11 | JUEVES 12 | VIERNES 13 |
|---|--|--|---|---|
| Crema de lentejas Rabas de calamar Ensalada de maíz Plátanos | Puré de verduras Pollo asado Pasta integral con atún Yogur o fruta | Crema de calabacín Merluza al horno con tomate Arroz de la huerta Fruta natural | Puré de calabaza Escalope de cerdo Patatas asadas Fruta natural | Crema de garbanzos Huevos gratinados al horno Ensalada mixta Fruta natural |
| LUNES 16 | MARTES 17 | MIÉRCOLES 18 | JUEVES 19 | VIERNES 20 |
| Crema de judías verdes Ragout de pavo Puré de patata Plátanos | Crema de zanahorias Tortilla de queso Ensalada de manzana Yogur o fruta | Puré de espinacas Bacalao con tomate Menestra de verduras Fruta natural | Sopa de fideos Ropa vieja Papas a cuadros Fruta natural | Puré de guisantes Merluza en salsa verde Pasta integral Fruta natural |
| LUNES 23 | MARTES 24 | MIÉRCOLES 25 | JUEVES 26 | VIERNES 27 |
| Crema de acelgas Bacalao rebozado Ensalada mixta Plátanos | Puré de calabaza Filete de pollo a la plancha Coditos con queso Yogur o fruta | Crema de alubias Tortilla de calabacín Ensalada de maíz Fruta natural | Puré de calabacín Merluza empanada Patatas aliñadas asadas Fruta natural | Crema de lentejas Estofado de ternera Arroz blanco Fruta natural |
| LUNES 30 | MARTES 31 | | | |
| Crema de puerros Albóndigas con verduras Patatas fritas Plátanos | Crema de alubias Filete de cerdo en salsa de manzana Arroz integral Yogur o fruta | | | |
| | | | | |
| | | | | |



Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE

| DÍA | Kcal. | Prot. | Hc. | Lip. | Recomendaciones para la cena |
|--------------|-------|-------|------|------|--|
| Lunes 9 | 769 | 35,6 | 77,5 | 34,3 | Arroz,pasta o patata,carne o huevo y fruta o lácteo |
| Martes 10 | 760 | 41,5 | 72,2 | 32,2 | Vegetales crudos o cocidos,pescado o huevo,fruta |
| Miércoles 11 | 670 | 24,3 | 97,5 | 18,2 | Vegetales crudos o cocidos,carne o huevo y fruta o lácteo |
| Jueves 12 | 627 | 23,3 | 58,6 | 31,4 | Arroz, pasta o patata,pescado o huevo y fruta o lácteo |
| Viernes 13 | 718 | 28 | 77,9 | 28,7 | Vegetales crudos o cocidos ,carne o pescado y fruta o lácteo |
| Sábado 14 | | | | | |
| Domingo 15 | | | | | |
| Lunes 16 | 611 | 29,3 | 67,7 | 21,4 | Arroz, pasta o patata ,pescado o huevo y fruta o lácteo |
| Martes 17 | 789 | 31,2 | 86 | 34,5 | Vegetales crudos o cocidos,pescado o carne y fruta |
| Miércoles 18 | 608 | 37,7 | 63,5 | 19,6 | Arroz, pasta o patata,carne o huevo y fruta o lácteo |
| Jueves 19 | 713 | 35,3 | 82,4 | 24,1 | Arroz, pasta o patata ,pescado o huevo y fruta o lácteo |
| Viernes 20 | 694 | 33,2 | 89,3 | 20,1 | Vegetales crudos o cocidos,carne o huevo y fruta o lácteo |
| Sábado 21 | | | | | |
| Domingo 22 | | | | | |
| Lunes 23 | 829 | 43,9 | 86,7 | 31,9 | Vegetales crudos o cocidos ,carne o huevo y fruta o lácteo |
| Martes 24 | 804 | 50,6 | 79,4 | 29,9 | Vegetales crudos o cocidos, pescado o huevo y fruta |
| Miércoles 25 | 688 | 27,3 | 70,5 | 27,8 | Arroz, pasta o patata ,pescado o carne y fruta o lácteo |
| Jueves 26 | 602 | 24,7 | 76,2 | 19,3 | Arroz,pasta o patata,carne o huevo y fruta o lácteo |
| Viernes 27 | 771 | 40,8 | 87,8 | 24,3 | Vegetales crudos o cocidos,pescado o huevo,fruta o lácteo |
| Sábado 28 | | | | | |
| Domingo 29 | | | | | |
| Lunes 30 | 778 | 23,3 | 95,2 | 31,5 | Vegetales crudos o cocidos,pescado o huevo y fruta o lácteo |
| Martes 31 | 819 | 43,9 | 68,9 | 36,3 | Arroz, pasta o patata ,pescado o huevo y fruta . |