



# MENÚ ALÉRGICOS A LA PIMIENTA, PIMIENTO Y PIMENTÓN

## ENERO 2019



	<b>MARTES 8</b>	<b>MIÉRCOLES 9</b>	<b>JUEVES 10</b>	<b>VIERNES 11</b>	<b>KCAL</b>	<b>790</b>
	JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LA HUERTA FRUTA PAN	LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, cebolla y patata) FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera y patata) YOGUR DE SABORES PAN	HIDRATOS DE CARBONO	95
					PROTEÍNAS	37
					LÍPIDOS	29
<b>LUNES 14</b>	<b>MARTES 15</b>	<b>MIÉRCOLES 16</b>	<b>JUEVES 17</b>	<b>VIERNES 18</b>	<b>KCAL</b>	<b>876</b>
ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN FRUTA PAN	CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA FRUTA PAN	MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA PAN	JUDÍAS BLANCAS (zanahoria, cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN	JORNADA ALEMANA SOPA DE VERDURAS SALCHICHAS FRANKFURT CON PATATAS STRUDELL DE MANZANA PAN	HIDRATOS DE CARBONO	102
					PROTEÍNAS	31
					LÍPIDOS	34
<b>LUNES 21</b>	<b>MARTES 22</b>	<b>MIÉRCOLES 23</b>	<b>JUEVES 24</b>	<b>VIERNES 25</b>	<b>KCAL</b>	<b>802</b>
TALLARINES CON VERDURAS ATÚN CON TOMATE FRUTA PAN	CREMA DE CALABAZA (con patata, zanahoria, calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA PAN	JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON BACON CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE LA HUERTA YOGUR DE SABORES PAN	ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria, huevo y jamón) SUPREMA DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN	SOPA DE COCIDO ( con fideos ) COCIDO COMPLETO ( garbanzos, ternera y patata ) FRUTA PAN	HIDRATOS DE CARBONO	101
					PROTEÍNAS	32
					LÍPIDOS	32
<b>LUNES 28</b>	<b>MARTES 29</b>	<b>MIÉRCOLES 30</b>	<b>JUEVES 31</b>		<b>KCAL</b>	<b>857</b>
GUISANTES SALTEADOS CON JAMÓN LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA FRUTA PAN	ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA DE LA HUERTA FRUTA PAN	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria, pimiento, cebolla y patata) TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA PAN	MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO TIRAS DE POLLO CON SALSA BARBACOA PROFITEROLES CON NATA Y CHOCOLATE PAN		HIDRATOS DE CARBONO	102
					PROTEÍNAS	31
					LÍPIDOS	35