

Régimen No Cerdo

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

				01		02	Kcal 922 Lip. 29 P. 54 H.C. 109	03	Kcal 725 Lip. 20 P. 39 H.C. 89
							<ul style="list-style-type: none"> - Coditos salteados - Zancarrón de ternera con pimientos - Yogur natural azucarado Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Lentejas con arroz - Filete de merluza en salsa verde ● Fruta Pan
06	Kcal 701 Lip. 22 P. 16 H.C. 109	07	Kcal 654 Lip. 26 P. 30 H.C. 74	08	Kcal 673 Lip. 25 P. 37 H.C. 75	09	Kcal 799 Lip. 19 P. 46 H.C. 96	10	Kcal 891 Lip. 25 P. 43 H.C. 123
<ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria - Tortilla de patata con ensalada liz ● Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Sopa minestrone - Filete de merluza al horno en salsa suave - Yogur natural azucarado Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Acelgas rehogadas - Pechugas de pollo en salsa de champiñón ● Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas - Filete de abadejo romana con lechuga - Yogur sabores Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Arroz oriental - Guisado de ternera en salsa de verduras con setas ● Fruta Pan 	
13	Kcal 722 Lip. 27 P. 31 H.C. 89	14	Kcal 763 Lip. 23 P. 45 H.C. 80	15	Kcal 604 Lip. 32 P. 16 H.C. 64	16	Kcal 864 Lip. 15 P. 32 H.C. 145	17	Kcal 741 Lip. 26 P. 16 H.C. 108
<ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda - Hamburguesa de ternera 100% en salsa ● Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Lentejas - Merluza en salsa meniere - Yogur sabores Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Sopa jardinera - Tortilla de queso con lechuga ● Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos - Espirales salteados con soja y verduras ● Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabacín - Huevos villaroy con ensalada liz ● Fruta Pan 	
20	Kcal 630 Lip. 17 P. 45 H.C. 74	21	Kcal 726 Lip. 29 P. 18 H.C. 93	22	Kcal 764 Lip. 20 P. 44 H.C. 96	23	Kcal 975 Lip. 29 P. 51 H.C. 127	24	Kcal 665 Lip. 19 P. 37 H.C. 85
<ul style="list-style-type: none"> - Vainas rehogadas - Muslo de pollo asado con champiñón, zanahoria y patata ● Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Sopa minestrone - Tortilla de patata con ensalada liz - Yogur natural azucarado Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas - Medallones de merluza en salsa verde ● Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Arroz blanco con verduras - Estofado de ternera con verduras en salsa - Yogur sabores Pan 		<ul style="list-style-type: none"> ● Puré de verdura - Pechugas de pavo plancha en salsa con lechuga ● Fruta Pan 	
27	Kcal 798 Lip. 31 P. 40 H.C. 77	28	Kcal 772 Lip. 30 P. 21 H.C. 99	29	Kcal 875 Lip. 35 P. 19 H.C. 118	30	Kcal 1019 Lip. 32 P. 57 H.C. 122		
<ul style="list-style-type: none"> - Lentejas - Alitas de pollo con patatas ● Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> ● Puré de acelgas y espinacas - Tortilla de patata con lechuga - Yogur sabores Pan 		<ul style="list-style-type: none"> ● Patatas en salsa verde - Empanadillas de atún con ensalada liz ● Fruta Pan 		<ul style="list-style-type: none"> - Espaguetis napolitana - Carne guisada de ternera con verduras - Yogur natural azucarado Pan 			

● Los indicativos de color naranja indican que los platos se han preparado con productos de proximidad: menor huella de carbono y mayor retorno económico.

