

Régimen No Huevo

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

04 Kcal 609 Lip. 17 P. 25 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria ● Bacalao al horno con ensalada liz ● Fruta Pan 	05 Kcal 738 Lip. 33 P. 46 H.C. 62 <ul style="list-style-type: none"> – Sopa jardinera – Zancarrón de ternera con pimientos – Yogur natural azucarado Pan 	06	07 Kcal 757 Lip. 29 P. 35 H.C. 88 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas a la riojana – Filete de merluza al horno en salsa suave – Yogur sabores Pan 	08
11 Kcal 669 Lip. 16 P. 37 H.C. 81 <ul style="list-style-type: none"> – Lentejas con arroz integral – Filete de abadejo al horno en salsa suave ● Fruta Pan 	12 Kcal 768 Lip. 24 P. 50 H.C. 85 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabacín – Muslo de pollo asado con verduras – Yogur sabores Pan 	13 Kcal 674 Lip. 27 P. 33 H.C. 75 <ul style="list-style-type: none"> – Sopa minestrone – Lomo fresco de cerdo plancha en salsa con lechuga ● Fruta Pan 	14 Kcal 963 Lip. 30 P. 51 H.C. 121 <ul style="list-style-type: none"> – Macarrones salteados – Guisado de ternera en salsa de verduras – Yogur natural azucarado Pan 	15 Kcal 681 Lip. 16 P. 37 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> – Alubias rojas ● Bacalao al horno con ensalada liz ● Fruta Pan
18 Kcal 735 Lip. 30 P. 30 H.C. 85 <ul style="list-style-type: none"> ● Puré de verdura – Filete de cabezada de cerdo plancha en salsa con ensalada liz ● Fruta Pan 	19 Kcal 793 Lip. 31 P. 37 H.C. 90 <ul style="list-style-type: none"> ● Patatas a la marinera – Hamburguesa de ternera 100% en salsa – Yogur natural azucarado Pan 	20 Kcal 743 Lip. 39 P. 30 H.C. 66 <ul style="list-style-type: none"> – Espinacas rehogadas – Alitas de pollo con lechuga ● Fruta Pan 	21 Kcal 746 Lip. 20 P. 41 H.C. 95 <ul style="list-style-type: none"> – Garbanzos – Filete de merluza al horno en salsa suave ● Fruta Pan 	22 Kcal 1127 Lip. 27 P. 44 H.C. 174 <ul style="list-style-type: none"> – Arroz con tomate – Lomo fresco de cerdo plancha en salsa con puré de patata – Natillas Pan
25	26 Kcal 729 Lip. 23 P. 39 H.C. 91 <ul style="list-style-type: none"> ● Crema de calabaza y zanahoria – Lomo fresco de cerdo plancha en salsa con lechuga – Yogur sabores Pan 	27 Kcal 676 Lip. 16 P. 38 H.C. 89 <ul style="list-style-type: none"> – Alubias blancas ● Bacalao al horno ● Fruta Pan 	28 Kcal 830 Lip. 35 P. 33 H.C. 92 <ul style="list-style-type: none"> ● Porrusalda – Alitas de pollo con patatas naturales – Yogur natural azucarado Pan 	29 Kcal 679 Lip. 26 P. 35 H.C. 76 <ul style="list-style-type: none"> – Sopa minestrone – Pechugas de pollo plancha en salsa con ensalada liz ● Fruta Pan

Nota: Pan para celíacos ADPAN; Lácteos Danone; Tomate frito Orlando o IAN; Pasta de arroz/maíz Gallo; No utilización de caldos ni condimentos.

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

