


Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>3</b></p> <p>Maca.c.salsa de tomate y atún Tortilla de espinacas con loncha de york Yogur y pan Kcal: 447 Prot 20G Lip: 15G Hc:64G Cena suaverida: Pescado blanco con verduras</p>	<p><b>4</b></p> <p>Puré de hortalizas c.picatostes F.de sajonia en su juço con zanahoria baby Fruta y pan Kcal: 463 Prot 2G Lip: 19G Hc:59G Cena suaverida: Filete de pavo con verduras</p>	<p><b>5</b></p> <p>Patatas estofadas con verduras Hamburguesa de ternera en salsa con rodaja de tomate Fruta y pan Kcal: 440 Prot 15G Lip: 14G Hc:58G Cena suaverida: Lacón con pure de zanahoria</p>	<p><b>6</b></p> <p>Judías blancas a la riojana F. de merluza con ensalada de maíz Fruta y pan Kcal: 388 Prot 20G Lip: 12G Hc:43G Cena suaverida: Filete de ternera con verduras</p>	<p><b>7</b></p> <p>Sopa de estrellas Jamoncitos de pollo en pepitoria con patatas panaderas Yogur y pan Kcal: 520 Prot 25G Lip: 20G Hc:62G Cena suaverida: Tortilla francesa con verdura</p>
<p><b>10</b></p> <p>Crema de calabacín y calabaza Albóndigas de ternera en salsa con cahelos Yogur y pan Kcal: 447 Prot 20G Lip: 19G Hc:62G Cena suaverida: Pasta con atun</p>	<p><b>11</b></p> <p>Sopa de cocido Cocido completo (qarb,pollo,chorizo y verdura) Fruta y pan Kcal: 455 Prot 15G Lip: 11G Hc:69G Cena suaverida: Croquetas caseras con verdura</p>	<p><b>12</b></p> <p> <b>DIA FESTIVO</b></p>	<p><b>13</b></p> <p>Coditos con salsa de tomate y queso F.de rosada con zanahoria baby Fruta y pan Kcal: 440 Prot 22G Lip: 12G Hc:59G Cena suaverida: Raaut de ternera con verdura</p>	<p><b>14</b></p> <p>Lentejas quisadas con verduras Tortilla española con rodaja de tomate Yogur y pan Kcal: 442 Prot 16G Lip: 14G Hc:58G Cena suaverida: Jamoncitos de pollo con verdura</p>
<p><b>17</b></p> <p>Arroz con tomate Alb.de merluza en salsa con lechuga y maiz Yogur y pan Kcal: 438 Prot 16G Lip: 13G Hc:62G Cena suaverida: Tortilla de patata c/verdura</p>	<p><b>18</b></p> <p>Alubias blancas con hortalizas Escalope de ave con ensalada verde Fruta y pan Kcal: 454 Prot 24G Lip: 18G Hc:43G Cena suaverida: Cinta de lomo con verdura</p>	<p><b>19</b></p> <p>Sopa de lluvia Raçout de ternera a la jardinera Fruta y pan Kcal: 408 Prot 17G Lip: 11G Hc:56G Cena suaverida: Redondo asado con pure de calabaza</p>	<p><b>20</b></p> <p>Puré parmentier con picatostes Filete de lomo adobado al horno con patatas cuadro Fruta y pan Kcal: 506 Prot 23G Lip: 18G Hc:64G Cena suaverida: Pasta con carne picada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Fideuá de verduras Salchichas de pavo con salsa tomate y zanahoria baby Yogur y pan Kcal: 514 Prot 20G Lip: 20G Hc:60G Cena suaverida: Pescado azul con verdura</p>
<p><b>24</b></p> <p>Judías verdes rehogadas Tortilla de patata con loncha de york Yogur y pan Kcal: 479 Prot 21G Lip: 21G Hc:56G Cena suaverida: Pasta y pescado al horno</p>	<p><b>25</b></p> <p>Lentejas estofadas con verduras Croq.cas.de bacalao y empanadillas de atún con rodaja de tomate Fruta y pan Kcal: 351 Prot 10G Lip: 10G Hc:50G Cena suaverida: Muslitos de pollo con verdura</p>	<p><b>26</b></p> <p>Patatas quisadas con pollo Ternera asada al horno con ensalada verde Fruta y pan Kcal: 475 Prot 23G Lip: 17G Hc:52G Cena suaverida: Fil de saionia c/pure de calabaza</p>	<p><b>27</b></p> <p>Espaguetis a la boloñesa F.de merluza al horno con quisesantes Fruta y pan Kcal: 408 Prot 19G Lip: 11G Hc:55G Cena suaverida: Raaut de ternera con verduras</p>	<p><b>28</b></p> <p>Sopa de cocido Cocido completo (qarb,pollo,chorizo y verdura) Fruta y pan Kcal: 455 Prot 15G Lip: 11G Hc:69G Cena suaverida: Tortilla de atun con verduras</p>
<p><b>31</b></p> <p>Macarrones c/salsa tomate y queso Pechuga de pollo con zanahoria baby Yogur y pan Kcal: 468 Prot 25G Lip: 13G Hc:57G Cena suaverida: Pescado blanco con verdura</p>		<p><b>Menú valorado nutricionalmente según la ingesta alimenticia recomendada para niños de 1 a 3 años</b></p>	<p><u>Según legislación vigente</u> <u>Información sobre alérgenos</u> <u>disponible en el Departamento</u> <u>de Nutrición Tlf: 917058233</u> <u>calidad@colectividadeschabe.com</u> <u>Y en la dirección del centro</u></p>	